

# WASABI

Les restaurants japonais quartier par quartier

[www.wasabi.fr](http://www.wasabi.fr)

## EUROPE

WEEK-END NIPPON  
À LISBONNE

## ILE DE KYUSHU

A LA RECHERCHE DU  
SHOCHU PERDU

## SPICY

LE WASABI ANGLAIS  
DÉBARQUE EN  
FRANCE



TEMPURA  
**LE CADEAU DU PORTUGAL AUX JAPONAIS**

dossier





Tél : 01 45 10 24 00  
Fax : 01 45 10 24 01  
commande@foodex.fr

www.foodex.fr

Importateur de produits alimentaires japonais

NOUVEAU : Sake pétillant MIO



私にうれしい、  
新感覚の  
スパークリング清酒です。



松竹梅白壁蔵  
零  
MIO



Produit dans la brasserie Shirakabegura à Hyogo



shirakabegura-mio.jp

Whisky

Sake

Shochu

Liqueurs



—L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.—





## Bem-vindo ao Japão !\*

C'est peut-être avec ces mots que nous accueilleraient aujourd'hui les Japonais si les Portugais, premiers Occidentaux à accoster sur l'archipel, voici près de 500 ans, avaient réussi à s'y implanter durablement. Surnommés *nanban* -barbares du sud- ils furent vite boutés hors du Japon par des shoguns assez peu sensibles aux charmes de la chrétienté...

Cela n'empêcha pas les Japonais de s'intéresser de très près aux nombreuses techniques que ces « barbares » semblaient posséder et en particulier la cuisson à l'huile, jusqu'ici quasiment inconnue sur l'archipel. Inspirée des beignets à la portugaise, la *tempura* (mot qui viendrait du portugais *tempero*, assaisonnement) était née !

Revu et corrigé par le génie culinaire nippon, ce plat au départ plutôt roboratif, s'allégéra peu à peu, devenant vite l'un des mets préférés des Japonais, décliné de mille et une manières selon les régions.

Ryoko Sekiguchi, écrivain japonaise installée en France, explore dans ce nouveau dossier de Wasabi les multiples facettes de cette spécialité dont l'apparente facilité est trompeuse. Tout comme le sushi, la *tempura* peut en effet se consommer comme un plat populaire bon marché (vendu pour quelques dizaines de yens dans toutes les gares du Japon) ou dans des établissements de luxe, spécialisés et étoilés, devenant alors un véritable chef-d'œuvre de légèreté.

Débarquant à Kyushu, au sud du Japon, les mêmes visiteurs portugais découvriront, que les habitants de l'archipel produisent un excellent « arak » de riz, lointain ancêtre de l'actuel shōchu.

Pour produire cette eau-de-vie de patate douce, les Japonais s'inspireront cette fois de techniques importées d'Asie. Wasabi vous emmène dans les grandes distilleries de Kagoshima où cette "eau de feu" semble jaillir des volcans !

Les Nippons ne sont pourtant pas les seuls à exploiter des techniques venues d'ailleurs. C'est même parfois l'inverse : une entreprise anglaise vient de mettre sur le marché, du vrai wasabi « made in England » que nous sommes allés tester en avant-première.

Notre verdict : la mondialisation n'a pas que des mauvais côtés...

\*Bienvenue au Japon

■ COUVERTURE : PIXTA

■ RÉDACTION : TINKA KEMPTNER, GUILLAUME LORET, PATRICK MANASSON, RAPHAËLE MARCADAL, CHIHIRO MASUI, BRIGITTE PERRIN, RYOKO SEKIGUCHI, JEAN-LUC TOULA-BREYSSE.

■ CONSEILLÈRE ÉDITORIALE : DR KATHY BONAN (NUTRITION)

■ CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE MORILLON

■ PUBLICITÉ : 01 42 08 50 47

■ IMPRESSION : Groupe-Morault

■ DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK DUVAL

WASABI EST UNE PUBLICATION THÉMA PRESS SARL,

40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47

MAIL : [wasabi@wasabi.fr](mailto:wasabi@wasabi.fr)

SITES INTERNET : [www.wasabi.fr](http://www.wasabi.fr) et [www.chef-sushi.com](http://www.chef-sushi.com)

ISSN : 1767-6142

Page Facebook : wasabi, le goût du Japon

## P.4 WASA-ZEN

Le bruit de l'eau  
Un écolodge japonisant en  
baie de Somme



## P.6 WASA-BUZZZ

Vous reprendrez bien un p'tit ver...  
Pour une association tokyoïte,  
les insectes sont la solution aux  
grands défis nutritionnels de demain



## P.10 WASA-PIQUE

Wasabi please  
Une société anglaise met  
sur le marché du vrai wasabi



## P.14-21 DOSSIER

### Tempura

D'origine portugaise,  
ce plat populaire  
atteint parfois  
les sommets  
de l'art culinaire

## P.22 WASA-EUROPE

Week-end  
nippon  
à Lisbonne



## P.26 WASA-RÉGION

Le Shōchu, l'alcool volcanique  
de Kyushu

## P.32 CARNET D'ADRESSES



Par Patrick  
DUVAL

Pour la plupart des gens, un séjour au Japon est un événement important qui, bien souvent, modifie en profondeur la perception qu'ils ont du monde. C'est à l'évidence le cas pour le photographe Tibo Dhermy qui ne s'est pas contenté d'en rapporter de belles images mais a voulu recréer un « bout de Japon » chez lui, en terre picarde, à quelques centaines de mètres de la réserve naturelle du Marquenterre, et en faire profiter les autres. D'une friche achetée en 2005, Tibo a fait jaillir, en un peu moins de trois ans, un « ecolodge » japonisant qu'il baptise « Le bruit de l'eau », nom qui évoque les *koan* (énigmes zen) que Tibo, en philosophe épris de culture asiatique, se plaît à étudier et même à inventer...

Composée de deux bâtiments principaux en bois, d'un *onsen* (bain japonais) chauffé au feu de bois et d'un dojo, cette maison d'hôtes unique en France, fonctionne un peu comme



# Un week-end très Zen en **Somme**

un *ryokan* (auberge à la japonaise) : on réserve sa chambre pour une nuit ou un week-end avec la possibilité, si on le souhaite, de dîner sur place. Tibo qui est aussi un grand expert de la gastronomie japonaise, passe alors derrière le comptoir et concocte devant vous un repas « *kaiseki* » à sa façon composé de 7 « saveurs » à base de produits locaux le plus souvent cultivés dans son jardin bio. Cet été, les clients les plus prévoyants (il ne faut surtout pas oublier de prévenir qu'on souhaite dîner sur place !) ont pu déguster un velouté de légumes au tofu, un poisson du jour en sashimi, une poêlée minute de moules de Bouchot au gingembre et shiitaké, des huîtres au saké, un chazuké (riz au thé) et une soupe miso au poivre de Sichuan.

A MOINS DE DEUX HEURES DE PARIS, AU COEUR DE LA BAIE DE SOMME, DÉCOUVREZ LES CHARMES D'UNE MAISON D'HÔTE INSPIRÉE DE LA TRADITION JAPONAISE

C'est ici, dans un décor mi sauvage mi paysagé, que Tibo vous invite à vous ressourcer en vous faisant partager sa passion du Japon, présent dans chaque détail comme ce mini jardin minéral que Tibo ratisse chaque matin à la façon des moines zen ou encore ces immenses photos toutes signées du maître des lieux. Vous n'aurez pas besoin d'insister très longtemps pour que Tibo

## Adresse

Ecolodge Le bruit de l'eau

1, chemin des matelots

F-80120 Saint

Quentin-en-Tourmont

T. : 03 22 99 09 02

[www.lebruitdeleau.org](http://www.lebruitdeleau.org)

A partir de 179€/nuit.





*Betterave et  
gingembre mariné  
saupoudrés de  
sésame au wasabi.*

*Derrière le bar,  
Tibo prépare les  
repas en évoquant  
le Japon avec  
ses hôtes.*

vous parle de ses voyages, notamment ceux qu'il effectue régulièrement à Fukushima où il s'est précipité dès le lendemain de la catastrophe afin de témoigner, par l'image, de sa solidarité. Depuis, il y retourne tous les six mois environ, photographiant les mêmes sites et les mêmes personnes aux mêmes endroits pour suivre l'évolution de la situation. ■

## **TAKAOKAYA**

### **Nori**

*cultivateur  
et fabricant depuis  
1890.*



### **Thé vert de Shizuoka**

*ISO 14001  
Restauration & détail*



Tél. - Fax :

**01 30 90 80 64**

le-maitre.franck  
@  
wanadoo.fr

Distribué par FOODEX



## ENTOMOPHAGIE

# Vous reprendrez bien un p'tit ver ?

SUSHIS AUX SCARABÉES, AMUSE-BOUCHE AUX LARVES D'ABEILLES... UNE ASSOCIATION TOKYOÏTE A DÉCIDÉ DE REMETTRE LES INSECTES AU GOÛT DU JOUR

Par Tinka  
KEMPTNER

**J**e l'avoue, quand Wasabi m'a proposé d'enquêter sur les insectes consommés au Japon, j'ai un peu... tiqué. Mais après avoir testé une sautelle grillée à l'apéro (on en trouve à la Grande Épicerie de Paris), un verrou mental a sauté. L'appréhension a fait place à la curiosité. C'était croquant, épicé, en un mot : étonnant ! Cette découverte, de nombreux Japonais l'ont faite avant moi pour qui manger des insectes est devenu aussi naturel que, pour nous, de gober des huîtres ou des escargots ! « Depuis que j'ai découvert l'entomophagie (la consommation d'insectes), je ne suis plus jamais malade », s'enthousiasme Shoichi Uchiyama, fondateur de la *Konchu Ryori Kenkyukai*, une association de recherche sur la cuisine d'insectes qui organise depuis 2008 un festival à Tokyo. « Avant de sauter le pas, renchérit Giriko, journaliste freelance et membre de l'association, j'étais plutôt casanière. Maintenant, je passe le plus clair de mon temps dehors, à attraper des insectes ». Mise en appétit, j'ai poursuivi l'enquête. J'ai ainsi appris qu'au Japon, on déguste de petites bêtes à six pattes depuis la nuit des temps. Source de protéines bienvenue pendant les périodes de disette, elles ont garni les tables de l'Archipel pendant des siècles. A tel point qu'en 1919, un rapport officiel listait 55 espèces d'insectes comme comestibles au Japon.



Plat original à base de grillons de David Faure, chef étoilé de l'Aphrodite.





© Photo : Manabu Oda

### En savoir plus **Les insectes nourriront-ils la planète ?**

de Jean-Baptiste de Panafieu, éditions Rouergue. Écrit par un naturaliste qui a découvert l'entomophagie en goûtant des criquets à la sauce soja rapportés du Japon par un ami. Aujourd'hui, il en cuisine à son tour. « Une fois débarrassés de leurs ailes et de leurs pattes, les criquets font vraiment envie ! Ils ont une texture de crevette mais leur goût est plus végétal », assure-t-il.

Séance de  
dégustation  
organisée par  
l'Association de  
recherche sur la  
cuisine d'insectes.

### Une solution **d'avenir**

Près d'un tiers de l'humanité, réparti sur 90 pays, se délecte d'environ 1700 espèces d'insectes comestibles. Riches en protéines, calcium et fer, faibles en graisses, rapides à reproduire, écologiques, les insectes ont plus que jamais le vent en poupe depuis que la FAO a décidé en début d'année d'encourager leur élevage de manière intensive. En France, un jeune entrepreneur, Cédric Auriol, a répondu à l'appel. Objectif de sa société Micronutris : produire d'ici la fin d'année 15 tonnes de vers à farine et de grillons. « Nous avons trois profils d'acheteurs : ceux qui veulent se faire leur Koh Lanta entre amis ; ceux qui connaissent déjà et qui veulent renouveler l'expérience et enfin ceux qui mangent des insectes pour leur propriétés nutritionnelles », note l'entrepreneur. Le coût prohibitif du kilo d'insectes déshydratés (1200 €) devrait fortement chuter dès l'année prochaine, avec l'optimisation du processus de fabrication. En fin d'année, la société lancera aussi une barre énergétique à base de vers de farine et de grillons moulus, commercialisée en grande distribution.



■ Si ces pratiques ont quasi disparu dans les grandes villes, certaines régions rurales les perpétuent (lire l'encadré ci-contre). Reconquérir les citadins réfractaires, voici la mission du collectif tkyoïte. Pour éveiller les consciences, ils multiplient les initiatives tous azimuts : cours de cuisine, livres de recettes, projections de films, chasse aux criquets... Shoichi Uchiyama et ses amis grouillent d'idées. Depuis que la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture) a décidé, en début d'année, d'encourager l'élevage d'insectes à grande échelle pour lutter contre la faim dans le monde, l'intérêt des médias japonais pour leurs activités n'a jamais été aussi vif. Et le nombre de curieux venus s'initier aux joies de la *konchu ryori* (cuisine d'insectes) ne cesse de grandir. Car si le Japon n'a pas connu de famine depuis longtemps, le pays est conscient de sa dépendance alimentaire vis-à-vis de l'étranger : 61% de ses denrées sont importées. A cela s'ajoute le souhait d'une plus grande traçabilité des aliments, surtout depuis la catastrophe de Fukushima. Et quoi de plus « traçable » que des insectes élevés dans de petits bacs chez soi, avec des légumes bio, comme le

Autre déclinaison  
de David Faure  
intégrant des vers  
à farine...



Préparation de  
canapés aux  
insectes variés.

font les membres du collectif tkyoïte ?

Certes, les arguments nutritifs en faveur de l'entomophagie ne manquent pas. Mais qu'en est-il du goût ? Si deux milliards d'humains mangent des insectes en Asie, en Amérique latine et en Afrique, ce n'est pas uniquement pour se nourrir. C'est aussi pour se délecter. « Prenez la punaise d'eau géante : sa chair est assez fruitée, on y retrouve des arômes de banane et de poire », s'extasie Shoichi Uchiyama. Un régal des papilles en somme. A chaque insecte sa saison : au printemps, c'est le temps des larves, véritable caviar des entomophages. Les cigales atteignent, elles, leur zénith gustatif en été. A la clé : une chair proche des crevettes aux notes de noisette. A l'automne, place enfin aux sauterelles et à leur texture croquante à souhait !

Grâce à ces agitateurs des papilles, les restaurants de sushis proposeront-ils bientôt des bouchées de riz aux hannetons ou aux larves d'abeilles ? Pour l'heure, on ne compte qu'une quinzaine de restaurants d'insectes à Tokyo. Mais le coup de projecteur dont ces lieux bénéficient ces temps-ci pourrait faire naître des vocations. Le zoo de Tokyo organise régulière-



ment des séances d'entomophagie pour initier les mangeurs de demain. Les médias nippons de leur côté ne manquent pas de rappeler que le plat favori de l'Empereur Hirohito était un bol de riz garni de guêpes en conserve (mélange de larves, nymphes et adultes). Il y a trente ans, qui aurait parié sur le succès du poisson cru en Occident ? Aujourd'hui, on engloutit des sushis par millions. Pourquoi pas des insectes ?

Le changement de mentalité ne se fera pas du jour au lendemain, certes. « Manger des insectes m'a appris à quel point il est difficile de changer les habitudes alimentaires, y compris les miennes, assure Shinjiro Saeko, doctorant en entomologie appliquée. Enfant, je mangeais des larves de frelon et des sauterelles, mais aujourd'hui encore, quand je ne connais pas un insecte, j'hésite avant de l'avaler. Mais si je lui trouve bon goût, ma répulsion s'évapore aussitôt. »

Un article récent du *New-York Times* intitulé "Waiter, there's a bug in my soup !" (Garçon, il y a un insecte dans ma soupe !) semblait indiquer qu'il serait de plus en plus difficile de se faire rembourser son plat sous un prétexte aussi fallacieux. D'ici à ce qu'on vous fasse payer un supplément...

## ■ Nagano, le paradis des mangeurs d'insectes

Connue pour avoir organisé les JO d'hiver de 1998, la région de Nagano brille aussi par son goût immodéré pour les larves d'abeilles et de guêpes (hachinoko), les sauterelles (inago) et les larves de phryganes (zazamushi). Qu'elles soient consommées grillées, mijotées au soja et au mirin ou enrobées de miel, ces délicatesses ont apporté pendant des siècles des protéines à une population éloignée de la mer. Ancien haut lieu de la production de soie, Nagano voue aussi un culte aux chrysalides de vers à soie (sanagi), vendues en conserve dans les supermarchés locaux. Quant aux criquets de riz (*Oxya japonica*), les habitants de la région les adorent enrobés de sauce de soja caramélisée.

## En France aussi...

A la Belle Epoque, les grillons au chocolat se grignotaient dans les guinguettes autour de Paris. Un chef étoilé français, David Faure, croit possible de redonner aux gourmets le goût des insectes : depuis avril, son restaurant l'Aphrodite à Nice (1) sert des vers de farine et des grillons dans le cadre d'un menu gastronomique. « Pour moi, ce sont des ingrédients comme les autres, c'est leur goût qui m'intéresse. » Et de s'extasier sur les notes de cacahuète des vers de farine : « Une fois grillés, ils prennent des arômes de carapaces de crevettes cuites. Quant aux grillons, on est sur des notes de maïs, de popcorn ! » Une approche audacieuse qui lui a valu un intérêt médiatique important mais aussi quelques lettres peu amènes de la part de farouches défenseurs de la gastronomie française. Interrogés par le magazine *Trois Etoiles*, les chefs Guy Savoy, Alain Passard et Pierre Gagnaire ont, quant à eux, salué son cran. (1) 10 Boulevard Dubouchage 06000 Nice T. : 04 93 85 63 53



Dégustation  
d'insectes  
à Tokyo.



# Wasabi please !

LES JAPONAIS N'EN REVIENNENT PAS !  
A COMMENCER PAR TOSHIRO KURODA,  
PATRON D'ISSE WORKSHOP EN COMPAGNIE  
DUQUEL NOUS AVONS VISITÉ LA TOUTE  
PREMIÈRE PLANTATION DE WASABI EUROPÉEN,  
AU SUD DE LA GRANDE-BRETAGNE

Par Patrick  
**DUVAL**

**A**utant l'avouer, nous étions franchement sceptiques lorsque Romain Doyotte, importateur de produits rares, nous a proposé de goûter du wasabi *made in England* tout juste sorti de terre.

Mais après tout, les Japonais produisent bien du whisky (et du bon !) alors pourquoi les Anglais ne cultiveraient-ils pas du wasabi ? Il suffisait juste que quelqu'un en ait l'idée et que les conditions climatiques et géographiques s'y prêtent... Enfin presque, car cultiver du wasabi ne s'improvise pas vraiment. Cette racine qui ne pousse qu'irriguée par de l'eau vive nécessite en effet des tech-







Toshiro Kuroda  
découvre les  
premières racines

niques très particulières dont les Japonais étaient jusqu'ici les détenteurs exclusifs. Aussi, lorsque Jon Old, le fils du pdg de la Watercress Company, a commencé à s'intéresser au wasabi, il a fallu partir de zéro : « C'est un chef japonais qui, après avoir visité nos plantations de cresson en Espagne, m'a suggéré d'essayer le wasabi. Car le wasabi, comme le cresson, a besoin d'eau courante pour pousser. Mais le wasabi a bien d'autres exigences dont nous n'avions pas la moindre idée. » A commencer par le climat. Celui de l'Espagne était trop chaud mais celui de la Grande-Bretagne semblait a priori convenir.

A partir de là, Jon aurait pu se rendre incognito chez des producteurs de wasabi au Japon et copier leurs méthodes. Mais, peut-être par fierté, il a préféré développer ses propres techniques quitte à commettre quelques erreurs. « De toute façon, les conditions climatiques et géologiques étant très différentes en Angleterre, cela n'aurait servi à rien de reproduire à la lettre les techniques japonaises. »

Il a quand même fait traduire du japonais un manuel pratique consacré à ce rhizome afin d'avoir au moins les grandes directions. Malgré cela, il aura fallu près de quatre ans ■■■

La racine de wasabi  
avant nettoyage  
et brossage





Jon Old surveille  
son wasabi  
comme le lait sur  
le feu

■ de tâtonnements à la Watercress Company pour produire un wasabi de qualité. Lorsque les premières racines ont été récoltées, Jon a foncé chez son ami Raymond Blanc, un chef français très connu en Grande-Bretagne, qui s'est montré plus qu'enthousiaste et a tout de suite imaginé des tas de recettes utilisant le wasabi frais.

Aujourd'hui, Jon est partagé entre le désir de faire connaître son produit et une méfiance bien compréhensible vis-à-vis d'éventuels copieurs. Il veut bien faire visiter ses plantations mais il exige des visiteurs qu'ils se bandent les yeux durant les dix dernières minutes d'approche du champ. De plus, vu le prix des racines (pres de 30 € les 100g), on comprend que le lieu de production doive rester secret...

Depuis l'aéroport de Southampton, il faut environ une heure pour se rendre à la « ferme de wasabi » située, nous n'en saurons pas plus, entre le Dorset et le Hampshire.

Lorsque la voiture s'arrête et qu'on nous ôte les bandeaux, nous nous trouvons devant une parcelle de terrain entièrement recouverte d'une sorte de gaze noire placée là, nous explique-t-on, pour filtrer les rayons du soleil. Le wasabi a en effet autant besoin

d'ombre que d'humidité. En pénétrant dans ce qui ressemble à une immense serre couverte, on pourrait penser à première vue, qu'il s'agit de haricots ou de salades car on ne voit qu'une étendue de larges feuilles. Mais si l'on se baisse un peu, on se rend compte que les tiges sont plantées sur des monticules caillouteux bien alignés, séparés par des rigoles d'eau courante.

D'une main sûre, Jon arrache une botte entière au bout de laquelle se balancent 4 grosses racines qu'il suffira ensuite de brosser légèrement puis de râper (sur une peau de requin si l'on veut respecter la tradition japonaise) au moment de la consommer.

Pour goûter le wasabi anglais, M. Kuroda a apporté avec lui une sauce soja grand cru (vendue 40 € la petite bouteille dans son épicerie de la rue Saint-Augustin à Paris) ainsi, bien sûr, qu'une bonne bouteille de saké ! Nos hôtes ont, quant à eux, dressé une petite table en plein champ recouverte d'une nappe à carreaux *-typically French !* - avec des huîtres et du crabe pour faire honneur au wasabi ! Avant même d'être râpé, et même en plein air, le wasabi dégage un parfum extraordinaire de sous-bois et de mélisse. Au goût, c'est une explosion de saveurs végétales qui n'a strictement rien à voir avec le wasabi servi dans 99,9 % des restaurants japonais et qui est, en réalité, du raifort teinté de vert. Alors que ce dernier pique la langue et le palais, le vrai wasabi a tendance à développer son piquant au niveau des sinus donnant une sensation beaucoup plus naturelle. Sa couleur vert pâle est également bien différente du vert fluo du wasabi en tube. Verdict de Toshiro Kuroda : le wasabi anglais vaut largement le japonais. Il le conseillera désormais aux nombreux chefs étoilés qui viennent se fournir dans son épicerie et qui sont toujours à la recherche de nouvelles saveurs. Après les très tendance shiso ou yuzu, le wasabi frais pourrait bien devenir la nouvelle coqueluche des grandes tables françaises .. ■

La râpe idéale  
pour le wasabi :  
une peau de  
requin.







# Tempura

## Le Portugal au bout des baguettes !

Pour certains, le mot « tempura » viendrait de l'espagnol *tempora*, qui signifie « jour maigre » : le jour où les Chrétiens s'abstiennent traditionnellement de viande, remplacée dans l'assiette par des œufs ou du poisson. D'autres affirment qu'il vient du portugais *tempero* ou *temperar*, qui veut dire « assaisonnement », « assaisonner »...

Ce qui est sûr, c'est que ce plat fut introduit sur l'archipel au XVI<sup>e</sup> siècle par les premiers visiteurs en provenance du vieux continent.

**L**  
Par Ryoko  
Sekiguchi

a tempura est devenue un vrai mets populaire à l'époque d'Edo. Le goût s'en est popularisé par l'intermédiaire des habitants de la ville d'Edo (le Tokyo d'aujourd'hui), qui en étaient friands. De petite bourgade de province qu'elle était, Edo avait été soudain promue capitale du shōgunat ; il y avait grand besoin de main-d'œuvre dans la ville. Si l'on ajoute aux travailleurs tous les commerçants et les samourais de province qui devaient monter régulièrement à la capitale, on imagine une ville largement peuplée de célibataires, clientèle idéale pour la cuisine de rue et autres plats d'échoppe.

### Le « fish and chips » de l'ère Edo

La tempura répondait parfaitement à ces besoins : dans la mesure où il était interdit aux particuliers de faire usage de feu et d'huile, ce plat ne pouvait se consommer qu'à l'extérieur. Il en est ainsi de nombreux plats aujourd'hui réputés, représentatifs de la cuisine japonaise, comme le sushi, le *soba*, l'anguille grillée, ou le *motchi* (pâte de riz) : tous se sont développés comme « fast-food », et repandus à cette époque-là. De nos jours, la pâte à tempura est constituée de farine, d'eau et d'œufs, mais à l'époque, on se contentait de farine et d'eau. Ce qui laisse supposer une consistance plus proche de celle du beignet occidental, avec une croûte plus épaisse, capable de satisfaire l'appétit



Jusqu'au XVI<sup>e</sup> siècle, l'utilisation de l'huile en cuisine était plutôt rare





Une pâte très fine ne masque pas totalement les ingrédients.



des travailleurs. Pour éviter de se salir les doigts, les tempuras étaient souvent servies sur une brochette. Quant aux ingrédients de base, c'étaient les poissons qu'on pêchait au large de Tokyo : anguilles, crevettes et coquillages. La tempura, c'était un peu le *fish & chips* des Japonais de l'ère d'Edo.

#### Du plat de rue au plat de luxe

Bien sûr, la tempura n'est pas restée cantonnée à son statut de plat populaire. Car cette même époque Edo (1603-1868) voit émerger les trois grands modes de cuisine constituant les bases de la gastronomie japonaise : *hon. en ryôri*, cuisine de l'aristocratie et des daimyôs ; *kaiseki ryôri* ; et *shôjin ryôri/fucha ryôri*, cuisine végétarienne influencée par le bouddhisme et la cuisine chinoise. Un livre de recettes datant de 1822 publié par le restaurant Yaozen l'un des plus réputés de

l'époque d'Edo - intègre la tempura en lui donnant le nom d'*abura-age* (« friture à l'huile »). Pour cet établissement de luxe, ce plat qui n'a plus rien de populaire se décline autour d'ingrédients délicats comme la daurade, les huîtres, la fougère, les haricots, les racines de lotus et la patate douce.

Ces deux tendances, tempura populaire et tempura de luxe, coexistent encore aujourd'hui, et l'on trouve au Japon aussi bien des tempuras bon marché dans les rayons des grandes surfaces que des tempuras plus raffinées dans les restaurants gastronomiques. D'ailleurs, c'est sans doute là une particularité remarquable de nombreux plats de l'Edo de cette époque qu'ils ne sont pas considérés exclusivement comme un plat populaire ou comme un plat de luxe ; ils se développent sous deux variantes très différentes, mais dans lesquelles se laisse tou-





Le kakiage : un  
méli-mélo  
d'ingrédients tenus  
ensemble par la pâte.

■ jours bien reconnaître le même plat de base, avec la même appellation, aux deux extrémités de la culture alimentaire : le sushi et le *soba* en sont d'autres exemples.

Pour la tempura, on a d'un côté les professionnels, qui cherchent à réaliser des tempuras les plus aériennes possibles, au point de faire oublier qu'elles sont frites. Ce résultat paradoxal est évidemment très difficile à atteindre, ce qui vaut à la tempura de passer, avec le sushi, pour l'un des plats les plus difficiles à réaliser, en dépit d'une procédure d'apparence simple. Décrivant sa tempura, le chef Kondô Fumio explique : « Elle est très légère, pas du tout huileuse (...). Dans le cadre d'une émission, on a mesuré l'apport calorique de mes plats et il s'est avéré que ma tempura en contient moitié moins que la tempura préparée à la maison ».

Le chef va jusqu'à affirmer que sa tempura n'est pas de la friture : « Je la vois pour ainsi dire comme un plat cuit à la vapeur. Lorsque vous sortez une tempura de l'huile bouillante, la chaleur résiduelle fait que la cuisson se poursuit à la vapeur, à l'intérieur de la pâte frite, ce qui permet de faire ressortir sa saveur particulière ». (on pourra lire un passionnant entretien avec le chef Kondô sur : [www.nippon.com/fr/people/e00012/](http://www.nippon.com/fr/people/e00012/)).

Pourtant, une telle sophistication, proche de la magie, n'a pas empêché la tempura de rester un mets populaire. On la trouve aussi bien en plat de midi à 4 € sur les stands de rue, qu'en

dîner convivial à la maison. Malheureusement, la tempura est encore la première cause d'incendie domestique au Japon, ce qui donne une idée du nombre de Japonais qui la cuisinent chez eux. La farine à tempura se vend en version « prête à l'emploi » dans les supermarchés, et de nombreux foyers possèdent un égouttoir spécial, qui permet de réutiliser l'huile de friture. Chaque foyer a aussi ses ingrédients préférés, et tout le monde conserve le souvenir de sa « tempura maison » comme de quelque chose de précieux, un bon souvenir de famille... Car comme la fondue en France, la tempura est toujours un repas qu'on partage.

### Des tempuras à l'infini...

Dès lors que les Japonais ont eu connaissance des techniques de cuisson à l'huile, ils l'ont appliquée à toutes sortes d'ingrédients. Il existe donc de nombreuses variétés de tempuras parmi lesquelles les plus populaires sont :

#### ■ *Shôjin-age*

On appelle ainsi les tempuras de légumes. À l'époque d'Edo, « tempura » designait avant tout les tempuras de poissons, et même de nos jours où l'on fait des tempuras avec n'importe quel ingrédient, l'appellation demeure distincte.

#### ■ *Kakiage*

On mélange à la pâte plusieurs ingrédients, de préférence de petite taille, pour former

Le tendon est un bol de riz sur lequel sont posées des tempuras.





une sorte de petit disque à frire. Il s'agissait traditionnellement de mélanges de coquillages et petites crevettes avec des herbes aromatiques, mais on peut les remplacer par des fèves, de petits poissons, ou à la maison par des légumes : carottes ou racines de grande bardane coupés en lamelles, oignons...

#### ■ Tendon

Le mot « tendon » se compose de « ten », de « tempura », et de « don », qui désigne un plat composé de riz nus dans un bol et surmonté d'une couche de différents ingrédients. On dépose les tempuras sur le riz chaud, dans un grand bol, et l'on verse sur le tout une sauce chaude à base de sauce de soja. La gourmandise de ce plat ne réside pas seulement dans les tempuras elles-mêmes, mais aussi dans le riz trempé de sauce. Comme on peut l'imaginer, il s'agit d'un plat généreux, facile à avaler à l'heure du déjeuner.

#### ■ Tempura soba

Il y a plusieurs variétés de *soba* (nouilles à base de farine de sarrasin), mêlées de friture (*tanuki-soba*, avec des miettes de friture, *kakage-soba*, avec des *kakage*), probablement pour accentuer le goût du *soba*, relativement neutre par lui-même. En tous les cas, *soba* et tempura s'étant tous deux développés à l'époque d'Edo comme en-cas à manger sur le pouce, il est tout à fait concevable que ce mélange ait été inventé dans la rue, dans l'alignement des échoppes qui les proposaient côte à côte...

#### ■ Satsuma-age

Dans certaines régions de l'ouest et de sud du Japon, « tempura » désigne un pâte de poisson frit. On retrouve souvent les variantes inscrites dans le nom du plat, dans la forme d'un suffixe ; ainsi : *ika-ten* (« tempura de calamar »), *gobô-ten* (« tempura de *gobô* »)... Ce plat peut



世界のお茶専門店ルビシア

## Ouverture le 10 septembre

40 rue Bonaparte 75006 Paris

**Offre d'ouverture**

**1 set de 10 infusettes offert**

à partir de 30€ d'achat en boutique et 45€ sur internet

Boutique en ligne [www.lupicia.fr](http://www.lupicia.fr) [www.facebook.com/lupiciafr](https://www.facebook.com/lupiciafr) Tél. 01 43 29 84 75



- se consommer tel quel, ou sauté à la poêle, mijote, ou encore détaillé en morceaux et mélangé avec des légumes.

#### ■ Chiknagi

Le *chiknagi* (dit aussi *tukeage* dans la région de Kagoshima) pourrait bien avoir des origines communes avec les tempuras du sud du Japon. Il s'agit d'un mélange de pâté de poisson et de légumes émincés (*gobô*, carottes).

A Okinawa, il existe aussi des tempuras semblables à des beignets, à la croûte plus épaisse que dans les autres régions. Outre les tempuras de poisson, elles comprennent des tempuras au *mozuku* (sorte d'algue en forme de filaments, qui pousse principalement sur les rives d'Okinawa). Une autre spécialité (si tant est qu'on puisse la ranger dans la catégorie des tempuras) est le *sâtândagi*, qui est une sorte de « tempura » sucrée. Ce *doughnut* okinawaïen, qui est un plat traditionnel, viendrait probablement de la Chine.

A Okinawa, les tempuras se consomment encore comme à l'époque d'Edo, c'est-à-dire comme un *snack*, en cas de petit creux au retour de l'école, ou pour accompagner la bière... Elles sont d'ailleurs très peu chères, une tempura n'excédant pas les 30 à 40 centimes. Par l'épaisseur de sa pâte comme par son mode de consommation, la tempura d'Okinawa est sans doute la plus proche de ce qu'elle pouvait être à l'époque d'Edo...

#### Comment réussir une bonne tempura ?

Voici quelques clés pour réussir une bonne tempura, telle qu'on la prépare dans de nombreux foyers :

- 1 - Pour éviter que la pâte ne soit trop épaisse, il faut choisir une farine de type 65, pauvre en gluten.
- 2 - Les proportions de farine et d'eau sont de 1 pour 2 : une mesure de farine pour deux mesures d'eau. Pour 500ml d'eau, ajouter 1 à 2 œufs et 250 ml de farine. Mélangez d'abord l'eau et l'œuf, avant d'ajouter la farine, en trois fois.
- 3 - L'eau doit être bien froide ; certains chefs vont jusqu'à utiliser des glaçons à

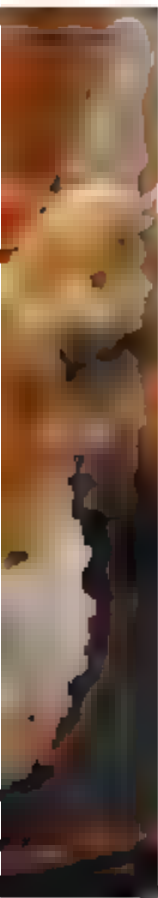


la place de l'eau. Il en va de même de la farine et de l'œuf, ils doivent juste sortir du réfrigérateur. Si possible, le bol dans lequel on effectue le mélange doit être froid lui aussi. Par ailleurs, il faut se garder de trop mélanger l'eau et la farine pour éviter que la farine devienne glutineuse.

- 4 - Ensuite, on peut éventuellement saupoudrer une pincée de farine sur l'ingrédient avant de le tremper dans la préparation, pour faciliter l'adhérence de la pâte.
- 5 - Veillez à maintenir l'huile à température constante, à 180°C, et à ne pas mettre trop d'ingrédients à frire à la fois, pour éviter que la température ne chute. Une friture à basse température donnera une tempura huileuse. Pour vérifier la température, plongez un peu de pâte dans l'huile : si elle remonte à mi-hauteur de la friteuse, c'est signe que l'huile est prête à accueillir vos tempuras.
- 6 - Évidemment, n'utilisez jamais d'huile rance ou vieille !

Comme ingrédients à frire, poissons, crevettes, calamars, coquillages, racines de lotus, aubergines, patates douces, asper-





Maki à la tempura  
un plat qui mélange  
habilement les deux  
traditions.

ges, shiitake ou pleurotes sont de grands classiques... Libre à vous d'expérimenter avec d'autres ingrédients de votre choix, selon la saison. Il convient seulement d'éviter les poissons à chair rouge, les poissons trop gras, ou les ingrédients trop forts en goût, qui risqueraient de parfumer l'huile et d'altérer la saveur des autres ingrédients. Une fois cuites, vos tempuras peuvent être trempées dans un *ten-tsuyu* (obtenu en portant à ébullition un mélange de un volume de mirin, un volume de sauce de soja et quatre volumes d'eau auquel on ajoutera du *katsuo-bushi* avant d'éteindre le feu et de tamiser), avec du daikon ou du gingembre râpé. Elles peuvent également être accompagnées du sel, d'un mélange de sel et de *matcha*, ou bien de jus de *yuzu*.

### Où mange-t-on les meilleurs tempuras au Japon et à Paris ?

Les restaurants de tempura les plus réputés se trouvent dans l'ancien quartier chic de Ginza. Kondô (deux étoiles au Michelin) et Ten'ichu (ouvert depuis 1931) en sont de bons exemples. Les prix de ces restaurants hautement réputés sont loin d'être "populaires". Chez Kondô, il faut compter au minimum 150 € par repas et chez Ten'ichu entre 120 et 500 € !

L'astuce consiste à aller manger sa tempura à midi. À Ôsaka, on trouve des restaurants comme Tsuchiya ou Yotaro, plus intimes que les chaînes de luxe, où l'on peut déjeuner aux alentours de 20 €, alors que le dîner ne coûte pas moins de 80 €.

À Paris, on peut déguster d'excellentes tempura chez Zen (8 rue de l'Échelle, 1<sup>er</sup>, et chez Issé Izakaya, 45 rue de Richelieu, 2<sup>e</sup>). ■



## C'EST MA SUCRÉE À MOI!

La sauce soja sucrée Kikkoman est fabriquée à  
partir de sauce soja naturellement fermentée et d'autres  
ingrédients naturels. Elle accompagne  
très bien les plats asiatiques et napper  
les salades, ou les légumes.

[www.kikkoman.fr](http://www.kikkoman.fr)

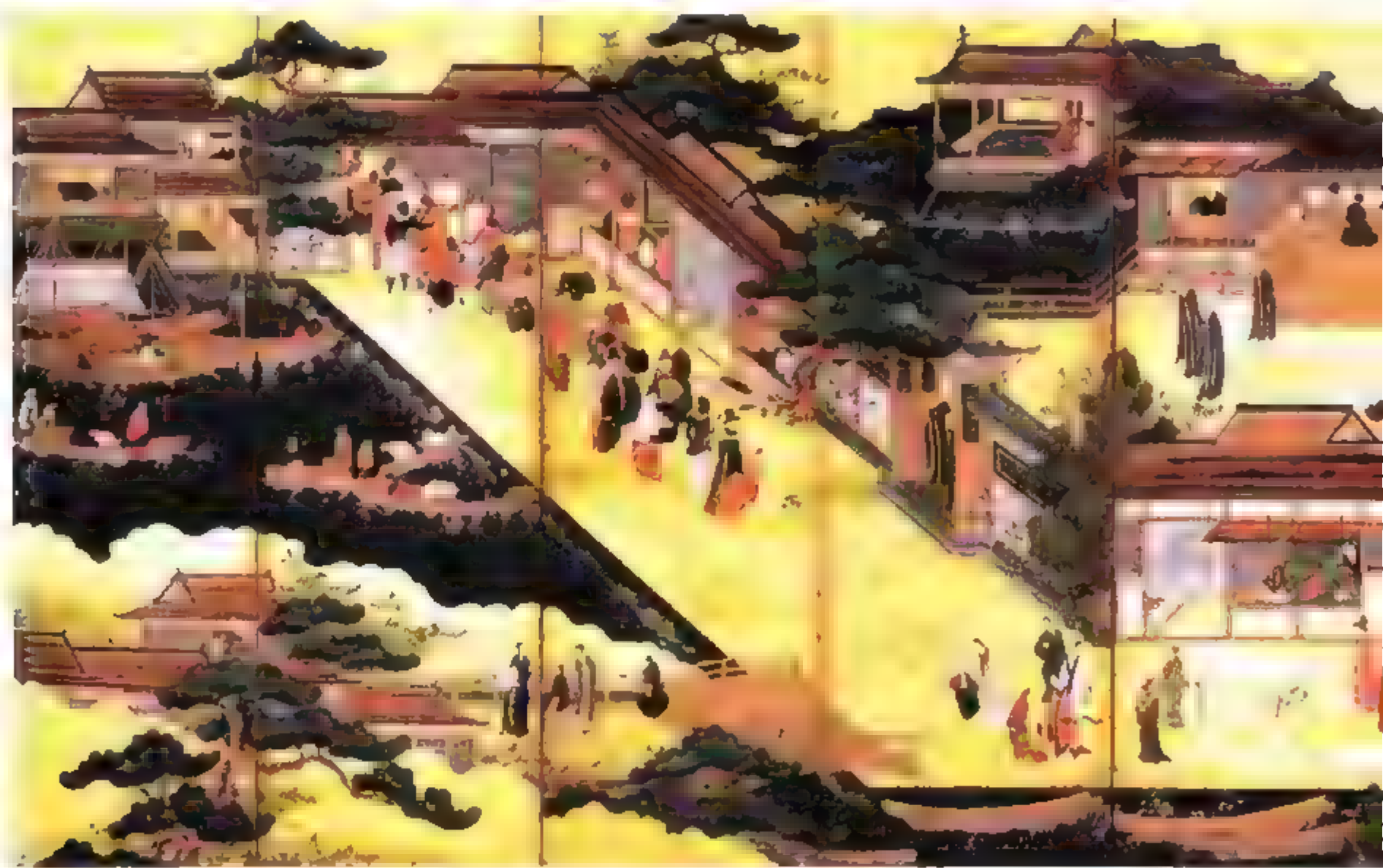
 **KIKKOMAN**

pour une alimentation saine et équilibrée, pratiquez une activité physique régulière. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



# Au nom de Dieu

## et de la **tempura** !



Par Jean-Luc

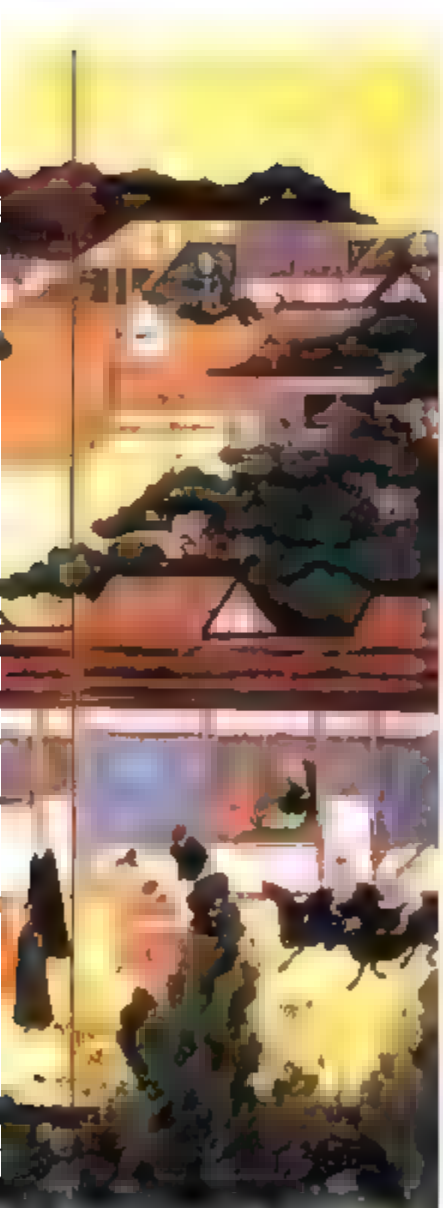
n 1585, le père Luis Fróis rapporte dans son *Traité* (publié aux éditions Chandeigne) « les contradictions de mœurs entre Européens et Japonais ». Au chapitre *De la manière de boire et de manger des Japonais*, il note : « tandis que nous mangeons toutes choses avec nos doigts ; les Japonais, hommes et femmes, dès l'enfance, utilisent

deux baguettes. » Le contenu des repas l'étonne encore bien plus :

« Les gens en Europe se délectent de poisson grillé ou bouilli ; les Japonais apprécient bien davantage de le manger cru. » « L'eau que nous buvons hors des repas doit être froide et claire ; celle des Japonais doit être chaude avec de la poudre de thé battue



BIEN AVANT LES HOLLANDAIS  
ET LES BRITANNIQUES, LES  
PORTUGAIS SONT, DÈS 1543,  
LES PREMIERS EUROPÉENS  
À ATTEINDRE LES CÔTES  
JAPONAISES. VENUS ÉVANGÉLISER  
LES POPULATIONS, SAINT-  
FRANÇOIS XAVIER ET SES  
COMPAGNONS LAISSERONT PLUS  
DE TRACES DANS LES ASSIETTES  
QUE DANS LES ÂMES NIPPONNES



Rouleau  
représentant les  
premiers visiteurs  
portugais

avec une brosse de bambou. » L'ecclesiastique, qui résida plus de trente ans dans l'archipel, constate, bien avant Henri Michaux *Le Barbare en Asie* et de manière sibylline, que nos us et coutume paraissent moins subtils. « Au Portugal, nous mangeons du riz sans sel comme medecine, pour tarir les dysenteries ; chez les Japonais, le riz cuit sans sel est leur nourriture quotidienne comme chez nous le pain. »

Pourtant, les Japonais éprouvèrent la même curiosité pour ces Barbares du sud (ou *Nanban* comme ils les appelaient à l'époque) et pour leur façon de se nourrir. Sans remplacer le *gohan* (riz cuit), le pain (*pão* en portugais, *pan* en japonais) fait son entrée sur l'archipel et est adopté immédiatement, eucharistie oblige. Les premiers boulangers apparaissent à Nagasaki et sur l'île de Hirado (là même où les Portugais établirent un comptoir commercial). Les habitants prisent cette nouvelle nourriture, particulièrement entre les repas. Alors que Saint François Xavier et les missionnaires de la Compagnie de Jésus évangélisent et commencent à faire manger de la viande aux convertis malgré les préceptes bouddhiques l'interdisant, les commerçants portugais introduisent non seulement les armes à feu au Japon mais aussi le piment rouge, la courgette, le maïs, la patate douce et la pomme de terre. Ces légumes ont fait un long voyage. Originaire des Amériques, ils débarquent en Europe, passent par l'Afrique et

les Indes pour atteindre les côtes japonaises puis y être cultivés.

Les fritures portugaises se nipponiseront pour devenir des *tempura*. Cette préparation culinaire, composée de poissons, de légumes ou de crustacés enrobés d'un pâte de farine, d'eau et de jaune d'œuf, frite dans de l'huile végétale, fait figure désormais d'incontournable dans la gastronomie japonaise. Pour preuve, les *tempura* sont classés parmi les dix plats préférés des Japonais.

Les Européens arrivent également avec de nouvelles recettes à base de sucre et d'œufs. Le *castella* est le digne représentant de cet improbable mariage gourmand. Le terme *castella* est un dérivé de *pão de Castila*, littéralement « pain de Castille », aujourd'hui, c'est un classique de la pâtisserie japonaise. Fondée en 1624, la maison Fukusaya, à Nagasaki, gardienne de recettes jalousement détenues, demeure l'une des adresses les plus renommées de *castella*. Aujourd'hui, de l'autre côté de l'Eurasie, au cœur de Lisbonne, le salon de thé porto-japonais, appelé « Castella do Paulo » (voir notre article Week-end japonais à Lisbonne P. 22 ) a fait revenir ce gâteau sur ses terres d'origine. Il a fallu pour cela que Paulo Duarte, le maître des lieux, aille réapprendre au Japon cette technique portugaise... Avec son épouse Tomoka qui reçoit aimablement ses hôtes en salle, le pâtissier propose aujourd'hui plusieurs recettes de *castella* dont un *matcha castella* des plus goûteux. ■



Week-end nippon à

## Lisbonne

UN WASABI SPÉCIAL TEMPURA ? IL N'EN FALLAIT  
PAS PLUS POUR NOUS INCITER À TESTER  
LES RESTAURANTS JAPONAIS DE LISBONNE  
OU PLUS PERSONNE NE SE SOUVIENT  
DE L'INFLUENCE QU'A PU AVOIR LE PORTUGAL  
SUR LA GASTRONOMIE JAPONAISE !

Par Patrick **MANASSON**

### UMAI

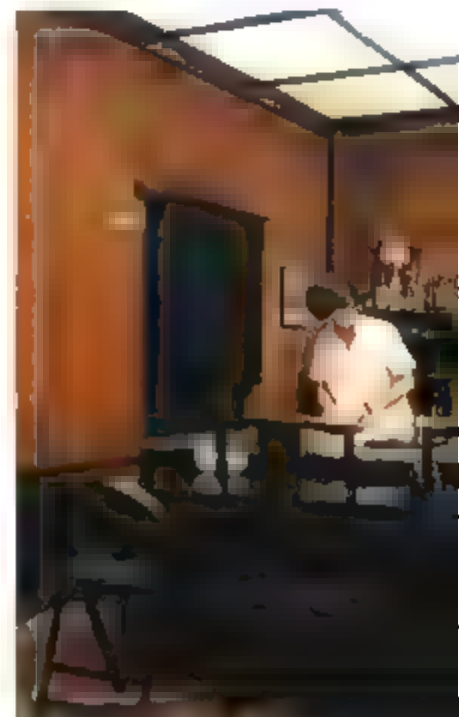
#### Men in black

Situé dans le Chiado, l'un des quartiers chics de Lisbonne, ce restaurant appartient, tout comme Izakaya, à Paulo Morais, Portugais, certes, mais grand amateur de cuisine asiatique en général et japonaise en particulier. Adossé au classieux hôtel Mercy, Umai se présente comme l'un de ces innombrables japonais internationaux de style « lounge » généralement organisés autour d'un long comptoir derrière lequel œuvre une armée de sushimen en costume noir plus ou moins japonais et surtout plus ou moins doués... Le genre d'endroit où, en dehors du Japon, la qualité des plats est inversement proportionnelle au raffinement du décor. Ce n'est pourtant pas le cas ici où, malgré la présence sur la carte de plats thaïlandais et vietnamiens, on sent à la fois un respect du produit et du goût japonais. Le churashi, plutôt généreux, comprend quatre sortes de poisson (daurade, turbot, thon et saumon tout cela bien frais) ainsi que des œufs de poisson volant de différentes couleurs. Seul bémol : la crevette cuite comme pour la paëlla et franchement farineuse relève de l'erreur de casting. Même si le riz manque un peu d'assaisonnement, l'ensemble fut agréable à déguster. On retrouve, sans surprise, les mêmes poissons et le même riz que dans le churashi servis sous forme de nigiri. Pour le menu du midi, ceux-ci sont accompagnés, en entrée,



En entrée : gyoza  
et aubergines au  
miso chez Umai

Ambiance lounge pour Umai ("délicieux" en japonais)







© Photo Kenji

d'aubergine au miso (malheureusement pas assez cuite) et de gyozas un peu légers en goût (y avait-il vraiment de la viande à l'intérieur ?). Au total, du sushi pas japonais à 100% mais néanmoins tout à fait acceptable. Comptez une vingtaine d'euros pour un menu sushi assez copieux.

Umai, Rua da Misericórdia 78, T. : 2134-79232.

## BONSAI



### Cuisine familiale nippo-portugaise

Avec près de 25 ans d'existence, Bonsai est sans contestation possible, le plus ancien restaurant japonais de Lisbonne. C'est également, de notre point de vue, le plus authentiquement japonais même si seule un chef

sur deux (une femme) est japonaise. Fidèles à nos habitudes, nous commandons d'entrée de jeu nos plats fétiches, l'*agedashi dofu* (tofu frit) et le *nasu dengaku* (aubergine au miso), plats qui ne souffrent pas l'à-peu-pres et permettent de se faire d'emblée une idée de la qualité générale d'un restaurant. Très bons l'un comme l'autre même si le miso de l'aubergine aurait gagné à être un peu moins sucré. Nous enchaînerons sur un plat qu'on trouve rarement hors du Japon, le *takoyaki*, un beignet tout rond enfermant un morceau de poulpe et servi avec de la mayonnaise et une sauce sucrée proche de la sauce tonkatsu. Là encore, le plat est réussi ce qui n'a rien d'étonnant dans la mesure où tout ce qui est friture a été importé au Japon.



Le takoyaki saupoudré de bonito séché chez Bonsai



Bonsai, le doyen des japonais de Lisbonne



■ par les Portugais. Pour en avoir confirmation, nous avons commandé quelques tempuras de légumes, également délicieux. Bonsai nous a aussi convaincus par ses sushis : riz parfait, chinchard bien brillant servi avec une pointe de gingembre et surtout thon gras (*otono*) hyper fondant. La patronne nous confiera qu'elle doit se battre pour acheter son thon « Bluefin » (le fameux thon rouge de Méditerranée) à des pêcheurs de Cascais dont la quasi-totalité de la production part au Japon. Déception, en revanche, pour le *sukiyaki* (viande trop dure) et pour l'anguille servie en *kabayaki* mais si épaisse et si résistante qu'on ne peut la couper avec des baguettes. Signalons néanmoins les excellents desserts réalisés par Madame : un délicat tiramisu au thé vert et

Délicat : le tartare de thon gras du Bonsai



une crème de patate douce joliment accompagnée d'une boule de glace vanille. Environ 50 € le soir avec du vin.

Bonsai, rua de Rosa, 244. T. : 213-462515

## TOMO



### Un ami qui vous veut du bien

Il faut, pour se rendre dans ce restaurant, emprunter le tramway n°15 depuis la place Figueira et descendre au terminus : Alges, soit une bonne demi-heure de route à laquelle il faut encore ajouter un bon quart d'heure à pied. Au point qu'on en vient à douter que des « vrais » japonais aient sciemment choisi de s'installer si loin du centre ville de Lisbonne. Et pourtant, Tomo (ami en japonais) est bien une authentique *sushiya* tenue par un couple de « vrais » Japonais et qui n'a

rien à envier à celles du quartier Sainte-Anne à Paris. Nous y sommes allés pour déjeuner et avons donc testé deux formules du midi : le *chirashi* et le bento spécial (20 €) comprenant des sashimi (thon gras, saumon, daurade), une portion de porc pané, une autre de poulet frit, un morceau de saumon grillé, 3 maki de thon gras, un *gunkan* d'œufs de saumon, un *sushi* au thon et un autre au turbot ! Cet aperçu permet de se rendre compte que la vraie spécialité de la maison, ce sont les *sushi* et qu'il vaut mieux éviter les fritures, à la fois trop grasses (poulet) et trop cuites (*tonkatsu*). Le poisson est en revanche d'une fraîcheur impressionnante et le riz de qualité parfaite. Comme chez Bonsai, le thon gras est servi généreusement qu'on choisisse de le consommer en *sushi*, en sashimi ou en maki même dans les menus de midi... On pourra faire l'impasse sur les desserts sans originalité ni beaucoup de goût. Menus de midi autour de 20 à 25 €

Tomo, Largo Commandante Augusto Madureira, N2-A, Alges. T. : 21301-0505

## UMAI (IZAKAYA)

### Petits plats nippons et vins portugais

Paulo Morais qui possède déjà un restaurant à Chiado en a ouvert ici un second sur le modèle des *izakaya* (bistro à saké) tels qu'on en trouve dans les grandes villes japonaises. Le principe : on commande des petits plats qu'on avale en deux ou trois bouchées dont la fonction principale est d'accompagner le saké. Sauf qu'ici, le choix des clients se porte plutôt sur le vin (belle carte de vins portugais des 3 principales régions viticoles du pays). Ayant déjà goûté (et apprécié) les *sushi* de Umai n°1, nous avons commandé des petits plats chauds assez originaux comme les *takoyaki*, l'*okonomiyaki*, les tempura aux légumes, les épinards à la sauce sésame ou encore le *chawanmushi*. Malgré de très louables efforts pour retrouver le goût japonais l'équipe de Paulo est assez loin du compte. Pas de problème majeur sur les *takoyaki* ou les tempura



Copieux et varié, le bento spécial de Tomo

Le chef sushi de Tomo en pleine action.



Originales les brochettes panées d'Umai Izakaya.





Dispensables  
les macarons  
au foie  
de turbot



très corrects l'un et l'autre mais il reste encore beaucoup de chemin à parcourir pour le *chawanmushi* (absence totale de dashu !) ou les épinards au sésame, beaucoup trop cuits et trop salés. Quant aux *okonomiyaki*, il manquait carrément le chou...

Voulant sans doute se rattraper, le chef a voulu nous faire goûter « en cadeau » une invention de son cru : un macaron (apparemment parfumé au thé vert) fourré au foie de turbot ! Nous lui conseillons vivement de ne pas explorer cette voie plus avant...

Moins de 20 € par personne le soir avec le vin en mangeant très copieusement.

Izakaya Umai, Rua da cruz dos Poais, 89. T. 213-958057

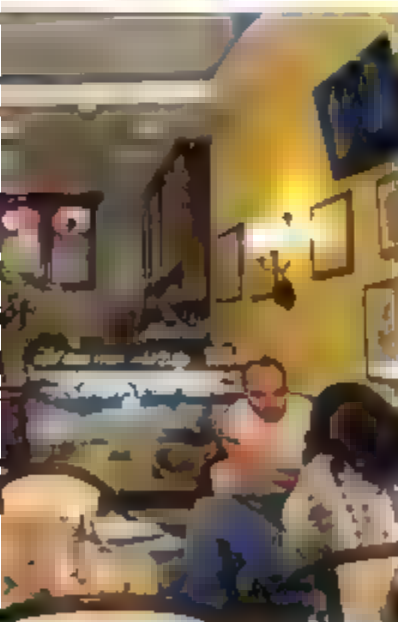
La belle pâtisserie  
Castella et ses  
deux spécialités.

## CASTELLA DO PAULO

**Chez Paulo, c'est du gâteau !**

Parmi les apports indiscutables du Portugal à la gastronomie japonaise, on trouve la Castella (*kastera* en nippon), un gâteau un tantinet étouffé-chrétien à notre goût mais qui connaît au Japon un succès qui ne s'est jamais démenti depuis plus de cinq siècles ! Curieusement, la « vraie Castella » est beaucoup moins facile à trouver à Lisbonne qu'à Tokyo ce qui fait de cette adresse un véritable lieu de pèlerinage pour tous les Japonais de passage dans la capitale. Bien que ce restaurant-salon de thé annonce une cuisine portugaise ET japonaise, cette dernière se résume en tout et pour tout à une salade au poulet agrémentée d'algues wakame et de tofu et d'une « omelette japonaise » fourrée au riz ! Mieux vaut donc se limiter aux pâtisseries et, bien sûr, en premier lieu, à la castella, que l'on peut déguster nature ou parfumée au thé vert. Autre spécialité de la maison : le *anpan*, un petit pain rond fourré à la pâte de haricot rouge, lui aussi originaire du Portugal, et servi ici en plusieurs versions (haricot rouge ou noir). Comptez 3 à 5 € pour une pâtisserie et un thé vert.

Rua Alfândega 120. T : 218 880 019. [www.castella.pt](http://www.castella.pt). Sur place ou à emporter.



Yamasa, la sauce soja  
qui respecte le goût du sushi



YAMASA CORPORATION  
un choix naturel

# Vivre le Japon

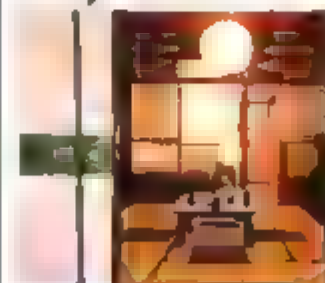
Bien plus qu'un voyage

## Le Japon à la japonaise !

Découvrez nos 25 maisons à louer

à Kyoto

à Tokyo



Et aussi :

- le train illimité grâce au **Japan Rail Pass**
- des **circuits** à la carte
- des **voitures à louer** **nouveau**

**Vivre le Japon à Paris**

30, rue Sainte-Anne, Paris 1er  
Ouvert du lundi au samedi  
Tel : +33(0)1 42 61 60 83

Visitez notre site :

[www.vivrelejapon.com](http://www.vivrelejapon.com)



# Shôchu

## L'eau de feu !

ON LE PREND SOUVENT POUR  
UNE VODKA LOCALE OU POUR  
UN TORD-BOYAUX DES  
CAMPAGNES. LE SHÔCHU EST  
POURTANT UN ALCOOL UNIQUE  
À BASE DE PATATES DOUCES,  
TRÈS POPULAIRE AU JAPON OÙ  
SES VENTES DÉPASSENT  
CELLES DU SAKÉ.  
REPORTAGE DANS L'EXTRÊME-  
SUD DE L'ARCHIPEL OÙ LE  
SHÔCHU FERMENTE À L'OMBRE  
DE MAJESTUEUX VOLCANS

LOIRET

1649

La jonque est chinoise, elle vient de Malacca (Indonesie), et ses occupants sont portugais... Drôle d'attelage, et drôle de spectacle pour les Japonais de Satsuma (Sud de l'île de Kyushu), qui voient débarquer sur leurs plages des missionnaires blancs et barbus ! C'est le début de l'aventure chrétienne au Japon pour les Jésuites européens, qui consignent par écrit toutes sortes d'étranges habitudes observées chez les Japonais, notamment celle-ci :

*« Ils boivent un arak fait à partir de riz, mais on n'a jamais vu un homme ivre. C'est parce qu'une fois éméchés ils s'empressent de s'allonger et de faire la sieste ». Un arak, «orraqua» en portugais, c'est-à-dire un alcool distillé, à la différence du saké, produit par fermentations répétées.*

450 ans plus tard, l'évangélisation du Japon a tourné court et le domaine féodal de Satsuma a été rebaptisé Kagoshima mais les habitants de Kyushu boivent toujours cet alcool distillé, devenu depuis célèbre dans tout le pays : le shôchu, un spiritueux aux saveurs discrètes, boisson préférée des paysans et des *salarymen* en virée nocturne. C'est ici, dans la grande ville du sud de Kyushu (Sud-Ouest), qu'a commencé il y a







Le shochu "3650" et le volcan Satsuma : les deux stars de Kyushu

10 ans la seconde vie du shochu, une offensive des producteurs et des pouvoirs publics destinée à le débarrasser de son image de « pirate des campagnes » pour en faire une boisson moderne, et vendeuse. Operation réussie : les jeunes ont été séduits par la mode du *chūhai* (canettes de shochu pétillant aromatisé au citron) ; les autorités l'ont déclaré alcool national (*kokushu*) au même titre que le sake, et joué avec les taxes (en imposant trois fois plus les spiritueux étrangers) ; et les ventes ont explosé : le shochu

est aujourd'hui le second alcool du pays (en volume : 500 millions de litres produits en 2010, contre 3,5 milliards pour la bière et ses dérivés, et 425 millions pour le saké).

#### Ni whisky, ni vodka, ni liqueur

Avant le boom, on en trouvait déjà plus de mille variétés chez Ishinkan, une boutique du centre-ville de Kagoshima. « C'est la culture locale : on ne boit presque pas de saké par chez nous, et d'ailleurs, la région est la seule du pays à ne pas en produire. » ■■■



■ ■ ■ Le shôchu, en revanche, est 'number one', explique le patron, qui s'étonne de l'intérêt de la presse étrangère : « Il reste très mal connu en dehors du Japon, les touristes font souvent la grimace, et certains disent même que ce sont les Portugais qui l'ont amené *ici* ! » L'anecdote rapportée par les Jésuites nous dit le contraire et le shôchu s'y est plus probablement implanté au début du XVI<sup>e</sup> siècle, au terme d'un voyage commencé en Perse - patrie d'origine des techniques de distillation - et poursuivi en Inde, en Thaïlande, et enfin à Okinawa. Cet archipel subtropical, dispersé entre Kyushu et Taiwan, a commencé à fabriquer vers 1470 un alcool distillé à base de riz, l'*awamori* (voir encadré), dont la recette est trop proche de celle du shôchu nippon pour ne pas l'avoir inspirée.

Largement ignoré en Europe, où le saké commence à se faire une belle réputation (voir Wasabi n°35), le shôchu est aussi facilement caricaturé : la plupart des sites Internet le présentent comme une vodka locale, une variante nipponne du whisky (alors que le Japon produit parmi les meilleurs du monde !), ou un saké de piètre qualité. Pourtant, « son processus de fabrication fait du shôchu un alcool unique », proteste notre hôte. Différent du whisky, car les fruits ou grains germes ne sont pas autorisés dans sa composition. De la vodka, car il ne peut pas être filtré



C'est dans ces grandes cuves ou kame que fermente le futur shôchu.

au charbon. Des liqueurs, car il est interdit de le fortifier pendant la distillation. Il titre entre 25 et 40%, est souvent vieilli, mais jamais au point de confondre sa robe avec celle d'un cognac ou d'un scotch. Le shôchu appartient en fait à la grande famille des eaux-de-vie, mais ne ressemble à aucune autre. Et pour illustrer le propos, le patron d'Isunkan sort une bonne bouteille locale, de chez Hombo Shuzo, dont l'étiquette arbore quatre kanjis calligraphiés : 焼酎, shôchu, soit "vin brûlé", ou plutôt "concentré par le feu", distillé. Et au-dessous : 本格, "ça se lit 'honkaku', c'est-à-dire authentique. C'est l'alcool de tradition, fabriqué avec l'ancien style. Allez donc leur demander comment ils font..."

### Secrets alambiqués

Le *honkaku*, c'est la star des shôchu, et la spécialité de la maison Hombo Shuzo, dont la distillerie-boutique est située en banlieue sud de Kagoshima, sur la route de la station balnéaire d'Ibusuki. « Sa qualité est supérieure, à cause d'une distillation unique et artisanale, qu'on fait là-bas », explique notre guide Makoto Kawada en désignant l'alambic à repasse, sorte d'énorme cocotte-minute en cuivre qui trône dans un angle du bâtiment. Une distillation unique, comme le *Single Malt* pour le whisky, qui preserve et transmet la saveur « authentique » du comestible utilisé (principalement pomme de terre, blé, ou riz), pour proposer un nez puissant et des arômes prononcés. C'est en 2002 que le lobby des producteurs a réussi à imposer cette AOC et à populariser le nom *honkaku*. Objectif : distinguer le « verita-



## Awamori, l'ancêtre du shôchu

C'est un peu le chaînon manquant entre le shôchu nippon et ses origines asiatiques, une eau-de-vie obtenue par distillation simple – comme le *honkaku* – mais à partir de riz long thaïlandais et d'un *kôji* de millet. L'*awamori* est un shôchu particulier, fortement ancré dans la culture d'Okinawa, et apparu à une époque où l'archipel était encore un royaume indépendant baptisé Ryūkyū (le rattachement au Japon date de 1879). Il vieillit mieux que ses homologues japonais, et n'est pas rare de trouver un *awamori* bonifié pendant dix ou vingt années. Une paille, quand on pense aux jarres de 200 ou 300 ans que se transmettaient les distillateurs avant que les bombes de la bataille d'Okinawa, en 1945, ne remettent les compteurs à zéro.



La préparation du *kôji*,  
ou moût d'amorçage,  
demande environ  
30 heures

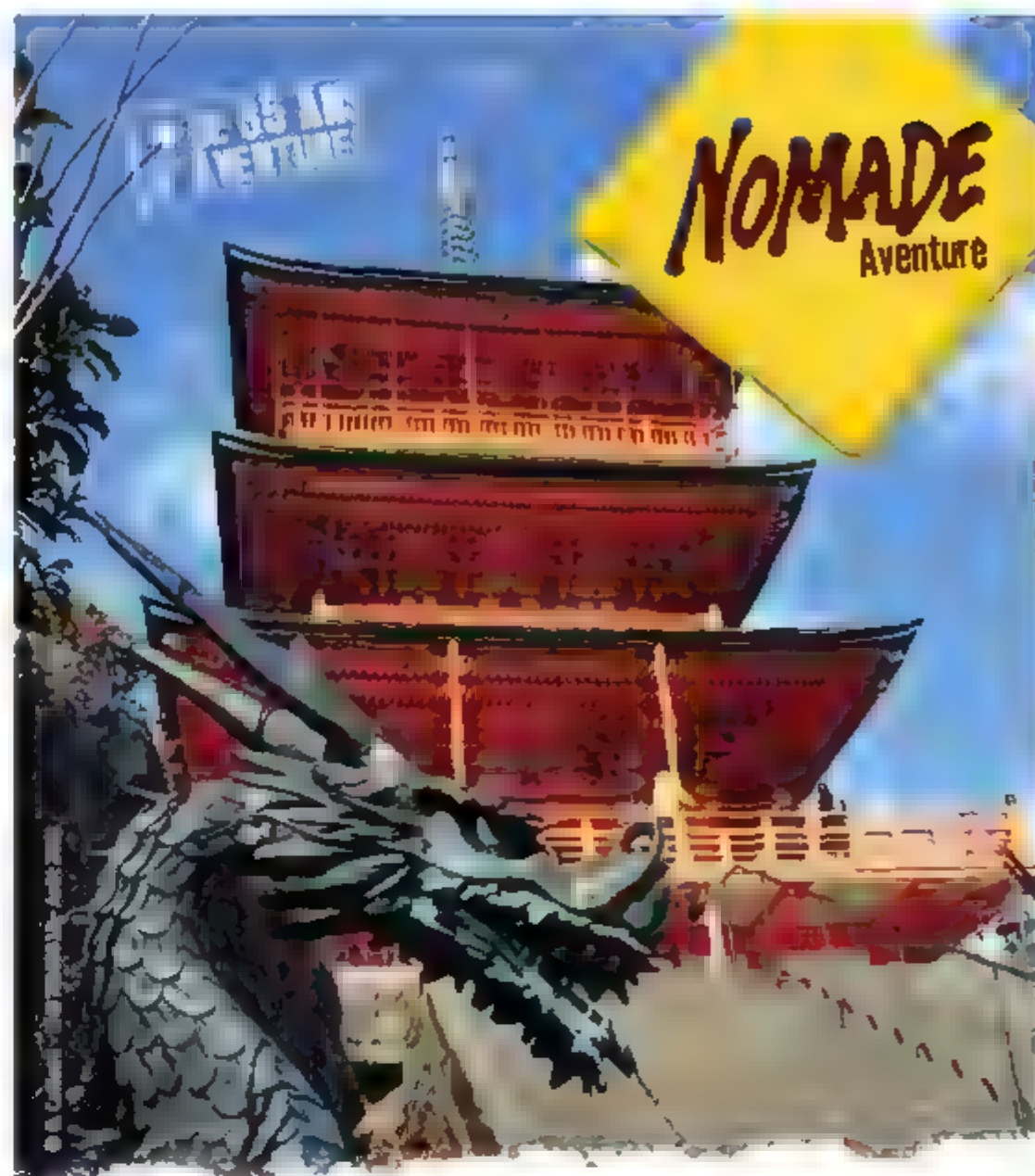


Ajoutée au *kôji* et à  
la levure, la patate  
douce produira de  
l'alcool au bout de  
plusieurs semaines  
de fermentation.

ble » spiritueux de sa variante industrielle, le *koru*, un shôchu à distillation multiple, moins goûtu, qu'on sert en cocktail ou sur glace. Sa fabrication a débuté sous l'ère Meiji (1868-1921), avec l'arrivée d'alambics britanniques permettant la distillation répétée, et donc la production de masse. Aujourd'hui, la gamme du *koru* est large, entre d'excellentes bouteilles produites par les grands noms du shôchu, et les packs en carton vendus pour quelques centaines de yens dans le premier Seven Eleven (célèbre superette nipponne) venu.

Hombo Shuzo est une entreprise familiale. Tout y est encore fait à la main, avec une attention particulière portée à la première étape, celle de la fermentation. Son mot-clé : le *kôji*, un moût d'amorçage obtenu en saupoudrant des spores sur du riz cuit à la vapeur et malaxé avec vigueur. Cette opération de maltage est indispensable car les sucres complexes (amidon) contenus dans la base du shôchu ne peuvent pas fermenter directement et doivent d'abord être transformés en sucres simples (glucose) par les bactéries. Le saké utilise d'ailleurs la même technique, tout comme de nombreuses boissons alcoolisées en Asie, par exemple le *soju* coréen et le *baijiu* chinois.

C'est dans d'immenses jarres de 600 litres enfouies dans le sol de la distillerie que le *kôji* est ensuite laissé à fermenter pendant six jours, avec de l'eau et de la levure, avant qu'on y ajoute la matière première : le grain ou le tubercule qui va donner au shôchu son identité, sa saveur, son caractère. A Kagoshima, c'est la patate douce *imo* qui a toutes les faveurs, et Hombo Shuzo en utilise une variété blanche et charnue. Ces grosses patates sucrées de 20 à 30 cm sont triées à la main, cuites, puis mélangées au *kôji*. Après quelques semaines d'une fermentation contrôlée de près, le tout passera dans l'alambic, et de la dernière cuve sortira un *imojôchu* (shôchu de patate douce) *honkaku*. Dont quelques bouteilles, probablement, seront bues chez Ishizue



## VOYAGEZ MALIN

- » DES VOYAGES D'AVENTURE INSOLITES 100% PUR JUS LOCAL
- » DES PRIX ULTRA-COMPÉTITIFS SANS COMPROMIS SUR LA QUALITÉ

### LE JAPON MADE IN NOMADE (ISHIZUE COMPRISE)

- » Des itinéraires avec ou sans guide, à pied, à vélo, et même en bateau, sans oublier la visite des sites incontournables.
- » Des circuits conçus pour une immersion au cœur de la campagne nipponne.
- » Une approche permettant de découvrir la diversité des cultures et des paysages.
- » Des hébergements en auberge et dans les temples shintoïstes pour davantage d'authenticité.

EN PETIT GROUPE • EN FAMILLE • EN INDIVIDUEL • SUR MESURE

PARIS  
48, rue de la Montagne  
Sainte-Geneviève 75005 Paris

TOULOUSE  
43, rue Peyrolère  
31000 Toulouse

LYON  
10, quai Tilsitt  
69002 Lyon

MARSEILLE  
12, rue Breteuil  
13001 Marseille

0 826 10 20 09 • WWW.NOMADE-AVENTURE.COM

0826102009





### ■ ■ ■ 30% d'eau, 60% d'alcool, 100% Kyushu

Quelques tables, un comptoir, et une carte à faire perdre ses moyens à tout amateur éclairé : bienvenue dans l'une des meilleurs caves du centre-ville, à mi-chemin entre la rivière Kotsuki et la baie. Ishizue, ses 520 bouteilles pour la seule préfecture de Kagoshima, et son patron aux connaissances encyclopédiques. Il dispose quelques verres sur le comptoir, et on compare avec quelques habitués les mérites de différents *honkaku*, degustés secs. Mais le shochu se boit communément 'on the rocks', allongé à l'eau froide (*mizuwari*) ou chaude (*oyuwari*) en fonction des vanités, et toujours selon de savants calculs. « Il faut verser l'eau d'abord, puis l'alcool, avec les bonnes proportions : 1/3 – 2/3 », glisse un amateur. Mais chacun a sa méthode, son ratio, et personne n'est vraiment d'accord. Sauf sur une chose : le meilleur shochu du monde, c'est celui de Kagoshima !

Car la capitale du sud de Kyushu a deux fiertés : le Sakurajima et l'*imojochu*. Un volcan célèbre - l'un des plus actifs au monde, qui forme une presqu'île de l'autre côté du port - et une eau-de-vie de patate réputée dans tout le pays. Pourtant, comme l'indique le récit des missionnaires chrétiens, Kagoshi-

ma buvait autrefois un « *arak* fait à partir de riz » et non de tubercule. Il est probable que le shochu y ait été produit pendant plusieurs siècles avec du grain – riz, blé, orge, sarrasin – avant l'introduction de la patate via la Chine au début du XVII<sup>e</sup> siècle. Et aujourd'hui, tandis que la *satsuma imo* (patate de Satsuma : le nom féodal de la région est encore couramment utilisé, comme souvent au Japon) fait la réputation du shochu de Kagoshima, chaque région de l'île a sa recette. À base de riz à Kumamoto (*kome jochu*), de blé à Nagasaki (*mugi jochu*), de sucre de canne dans les îles Amami (*kokutō jochu*), d'orge à Oita (*mugi jochu*) et de sarrasin à Miyazaki (*soba jochu*). Pas de doute, Kyushu est bien la patrie du shochu !

### Vieilli en fûts de chêne

À la différence du saké, qui se boit jeune (en général l'année suivant sa fabrication), le shochu *honkaku* se bonifie avec l'âge. Trois, cinq ou dix ans de maturation pour les bonnes bouteilles, dans des jarres en terre cuite et en céramique. Ou en fûts de chêne blanc, à l'image d'un bon whisky, comme c'est le cas dans l'entrepôt du producteur Kagura Shuzo. C'est un entrepôt insolite, un long tunnel qui devait accueillir une voie ferrée et

### Où déguster/acheter du shochu à Paris

#### ■ Sakebar,

3 rue Vallette, 75005

01 43 26 05 32

[www.sakebar.fr](http://www.sakebar.fr)

#### ■ Lengué

31 rue de la parcheminerie

75005 - 01 46 33 75 10

#### ■ Workshop Issé

1 rue Saint Augustin, 75002

01 42 96 26 74

#### ■ et les boutiques en ligne :

Satsuki ([www.satsuki.fr/](http://www.satsuki.fr/))

Midori no Shima ([www.midorinoshima.com/](http://www.midorinoshima.com/)), ou

Sakaya (<http://sakaya.fr/>)



Au Satsuma Bar  
de Kagoshima,  
150 références de  
shôchu au verre,  
de 2,50 à 6,5 €.

offrir aux trains un passage sous les sommets qui entourent le volcan Aso. Mais la ligne passera finalement ailleurs, et le tunnel a été reconverti en entrepôt de maturation pour shôchu. Nous sommes à 200 km au nord de Kagoshima, à côté de la petite ville montagnarde de Takachiho (centre de Kyushu), patrie de nombreuses légendes de la mythologie japonaise et de la danse traditionnelle *kagura*. Et dans ce boyau baigné de brume et long d'un kilomètre se succèdent des dizaines de larges fûts de chêne, dans lesquels des shôchu de blé et de sarrasin reposent à température constante (15° environ toute l'année).

Sur l'un d'eux, on peut lire ces trois numéros tracés au pinceau : NO4457 (le visa de contrôle gouvernemental), H18.10.14 (la date de mise en fût, ici 18<sup>e</sup> année de l'ère Heisei), et 440 (la contenance en litres). « Pour celui-là ça fait donc 7 ans ; il est dans la dernière ligne droite », précise le manager, Kazuhiro Iiboshi, avant de livrer quelques secrets de conservation. Tous les trois ans, le fût est vidé, son intérieur brûlé, puis rempli à nouveau, pour donner au liquide une couleur et un parfum uniques. Pendant le vieillissement, l'alcoolémie baisse légèrement, autour de 46°, avant d'être ramenée par adjonction d'eau à un titrage académique : de 20° pour les plus accessibles à 25° pour les shôchu vieillies entre 3 et 6 ans, voire 40° pour la bouteille haut-de-gamme de Kagura Shuzo, le 3650 (vieilli 10 ans comme son nom l'indique : 365 jours X 10).

Comme pour un vin ou un whisky, c'est donc, entre autres, le nombre des années qui fait la valeur des meilleurs shôchu. Certains commencent même à faire parler d'eux en dehors du Japon, lors de compétitions internationales où ils se mesurent aux vodkas et aux cognacs les plus fins. 94 points (sur 100) : c'est le score obtenu cette année par un shôchu lors du Ultimate Spirit Challenge, très sérieuse compétition au cours de laquelle se rencontrent les plus grands noms de l'alambic. C'est peut-être la troisième vie du shôchu qui commence, celle de la consécration internationale. ■



KYUSHU PLUS PROCHE DE VOUS  
AVEC KLM ET JTB

AMSTERDAM - FUKUOKA  
3 VOLS DIRECTS  
PAR SEMAINE



Perfect moments, always

CIRCUITS. VOYAGES SUR MESURE,  
GROUPES. RAIL PASS...

DÉCOUVREZ LE KYUSHU AVEC JTB  
LE SPÉCIALISTE DU JAPON !

[www.jtb-uni.com](http://www.jtb-uni.com)

JTB Global Business France

105-109 rue du faubourg Saint Honoré 75008 Paris  
tél. 01 53 45 93 30 / [info@jtb.fr](mailto:info@jtb.fr)  
ouvert du lundi au vendredi de 09h30 à 17h30



# Où trouver wasabi ?

WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ AUSSI CONSULTER GRATUITEMENT LES ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE [WWW.WASABI.FR](http://WWW.WASABI.FR). ET POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE LA GASTRONOMIE JAPONAISE EN TEMPS RÉEL, REJOIGNEZ-NOUS SUR FACEBOOK : WASABI, LE GOÛT DU JAPON.

## 1<sup>er</sup> arrondissement

<b>ACE GOURMET (BENTOS)</b>	01 47 92 94 98
<b>AKI</b>	01 42 91 54 77
bis rue Sainte Anne	
<b>L'ARC</b>	01 49 27 90 67
29 rue d'Angenteuil	
<b>EBISU</b>	01 42 61 05 90
19 rue St Roch	
<b>EDOKKO</b>	01 58 62 49 21
163 rue Saint Honoré	
<b>FOUJITA</b>	01 42 61 42 93
4 rue St Roch	
<b>FOUJITA 2</b>	01 48 26 07 70
7 rue du 24 Juillet	
<b>HELLO SUSHI</b>	01 42 96 37 27
43 rue St Anne	
<b>HIGUMA</b>	01 47 03 38 59
32bis, rue St Anne	
<b>HIGUMA</b>	01 58 62 49 21
163 rue Saint Honoré	
<b>JAPORAMA</b>	01 42 36 21 30
35 rue Eberline Marcel	
<b>JIN</b>	01 42 61 60 71
6 rue de la Sourdère	
<b>KILALA</b>	01 47 03 35 57
7 rue des Moulins	
<b>KINUGAWA</b>	01 42 60 65 07
9 rue du Mexic Thabor	
<b>KUNITORAYA</b>	01 47 03 33 68
39 rue Ste Anne	
<b>KUNITORAYA FRANCE</b>	01 47 03 07 74
5 rue Villiers	
<b>K MART (ÉPICERIE)</b>	01 42 61 04 04
8-8 rue Sainte Anne	
<b>JIN (NOUVEAU)</b>	01 42 61 60 71
8 rue de la Sourdère	
<b>LAI LAI KEN</b>	01 40 59 96 90
7 rue Sainte Anne	
<b>LIBRAIRIE JUNKUDO</b>	01 42 60 86 12
18 rue des Pyramides	
<b>MATSUDA</b>	01 42 60 28 38
9 rue Saint Roch	
<b>MATSURI RICHELIEU</b>	01 42 61 05 73
36 rue de Richelieu	

## 2<sup>e</sup> arrondissement

<b>BRDORY</b>	01 42 97 47 30
49 rue de l'Arbre Sec	
<b>MIYDSHI</b>	01 42 86 60 80
11 rue Danielle Casanova	
<b>NANIWAYA</b>	01 40 20 43 10
11 rue Sainte Anne	
<b>NODAIWA</b>	01 42 86 03 42
272 rue Saint Honoré	
<b>OFFICE DU TOURISME JAPONAIS</b>	
4 rue de la Harpe	01 46 34 20 04
<b>SAGANO</b>	01 40 41 04 45
10-12 rue des Prêcheurs	
<b>SAPPORO RAMEN</b>	01 40 15 96 66
276 rue Saint Honoré	
<b>SAPPORO RAMEN</b>	01 42 60 60 98
37 rue Sainte Anne	
<b>SUSHI GAN</b>	01 42 97 44 48
41 rue des Petits Champs	
<b>TAKARA</b>	01 42 96 08 38
14 rue Molère	
<b>TORAYA (pâtisseries)</b>	01 42 60 13 00
10 rue Saint-Florentin	
<b>VILLA TOKYO</b>	01 42 36 62 41
14 rue du Cygne	
<b>VIVRE LE JAPON (VOYAGES)</b>	01 42 61 60 83
38 rue Sainte Anne	
<b>YAKINIKU</b>	01 42 96 27 60
1 bis rue Sainte Anne	
<b>YASUBE</b>	01 47 03 96 37
9 rue Sainte Anne	
<b>YOU HEISEI</b>	01 42 60 55 50
rue Sainte Anne	
<b>ZEN</b>	01 42 61 93 99
8 rue de l'Ecluse	

## 3<sup>e</sup> arrondissement

<b>ACE OPERA (ÉPICERIE)</b>	01 40 07 93 57
41 rue de la Harpe	
<b>ACE MART (ÉPICERIE)</b>	01 42 61 04 04
63 rue Ste-Anne	
<b>AICHI</b>	01 42 96 93 51
86 rue de Richelieu	
<b>CHEZ MIKI</b>	01 42 96 04 88
6 rue de Louvois	
<b>COMPTOIR DU SUSHI</b>	01 53 40 68 80
36/38 passage du Ponceau	

## 4<sup>e</sup> arrondissement

<b>DEVANT VOUS</b>	01 42 96 96 27
80 rue de Richelieu	
<b>EDOKKO</b>	01 40 07 11 81
27 boulevard des Italiens	
<b>HOKKAIDO</b>	01 47 60 50 95
14 rue Chabannes	
<b>SUJIYA (ÉPICERIE)</b>	01 42 96 96 27
40 rue de la Harpe	
<b>KIM CHI</b>	01 42 96 55 78
5 rue de Louvois	
<b>KINTARO</b>	01 42 42 13 14
24 rue Saint Augustin	
<b>KOKO (ÉPICERIE JAPONAISE)</b>	01 42 96 96 27
40 rue de la Harpe	
<b>KOETSU</b>	01 40 15 99 90
42 rue Sainte Anne	
<b>KYOTORI</b>	01 42 60 06 99
10 rue Chabannes	
<b>MATSU SUSHI</b>	01 46 26 35 06
18 rue de Toulgo	
<b>MICHI</b>	01 40 20 49 93
58 rue Sainte-Anne	
<b>MOMIJI</b>	01 47 42 844 88
9 rue de Manovre	
<b>OGURA</b>	01 47 42 77 79
20 rue de la Michodière	
<b>OKINAWA</b>	01 42 96 21 68
19 rue Saint Augustin	
<b>TOKYO SUSHIS</b>	01 45 08 15 50
37 rue Montmartre	
<b>TOYOTOMI</b>	01 42 86 02 88
24 rue des Petits Champs	
<b>YAMAMOTO</b>	01 49 27 96 26
6 rue Chabannes	
<b>YOKOSUNA</b>	01 45 08 52 75
2 rue Léopold Bellin	

## 5<sup>e</sup> arrondissement

<b>KAGAYAKI</b>	01 48 87 61 88
79 bd Beaumarchais	
<b>TAËKO</b>	01 48 04 34 59
39 rue de Brebaine (marché des Enfants rouges)	
<b>YOSHIGAWA</b>	01 48 04 35 00
184 rue St Martin	

## 6<sup>e</sup> arrondissement

<b>AXATSUKI</b>	01 42 78 7 27
15 rue des Archives	
<b>ALLO SUSHI</b>	01 44 61 93 73
13 rue Cloche Perce	
<b>AOYAMA</b>	01 42 74 53 92
22 bis rue de la Verrerie	
<b>BISTRO TOKYO</b>	01 42 72 11 1
20 rue des Lombards	
<b>ISAMI</b>	01 40 46 06 97
4 quai d'Orléans	
<b>KYO</b>	01 42 72 58 48
9 rue de la Verrerie	
<b>MINOKO</b>	01 42 74 17 98
76 quai de l'Hôtel de ville	
<b>MIKORI</b>	01 44 78 07 68
14 rue de la Cloche percée	
<b>SUN</b>	01 48 04 89 88
14 ad de Sebastopol	
<b>TAKIMI</b>	01 42 77 43 82
24 rue Villedu Temple	

## 7<sup>e</sup> arrondissement

<b>ASIA TEE</b>	01 43 26 39 90
47 rue de la Montagne Ste Geneviève	
<b>EDOGAWA</b>	01 47 07 88 39
43 rue Moullehard	
<b>INAGIKU</b>	01 43 54 70 07
14 rue de Pontoise	
<b>KANAE (ÉPICERIE)</b>	01 40 46 06 15
29 place Maubert	
<b>LENGUE</b>	01 46 33 75 10
3 rue de la Parcheminerie	
<b>SAKÉ BAR</b>	01 43 26 05 32
3 rue Valette	
<b>SASHIMI BAR</b>	01 43 54 67 98
4 rue des Femmes St Jacques	
<b>SOLA</b>	01 43 29 59 04
12 rue de l'Hôtel Colbert	

## 8<sup>e</sup> arrondissement

<b>AZABU</b>	01 46 33 72 05
3 rue André Mazel	
<b>ITADAKI</b>	01 43 26 68 25
64 rue Monsieur le Prince	

• **HIGUMA** •  
Spécialité de ramen



163 rue Saint Honoré  
75001 Paris  
Tél. : 01 58 62 49 22  
Ouvert tous les jours



**JIPANGUE**

96 rue La Boétie 75008 PARIS  
01 45 63 77 00  
Udon-suki, Shabu-shabu,  
Suki-yaki et Sushi  
Fermé samedi midi et dimanche



**NODAIWA**

Paris Tokyo

Spécialité d'anguilles grillées,  
une tradition japonaise  
272, rue Saint-Honoré 75001 Paris  
01 42 86 03 42



**EDOKKO**

**SUSHI - YAKITORI - UDON**

163 rue Saint Honoré 75001 Paris  
Service non stop - 7 jours sur 7



<b>HANAFUSA</b>	01 43 26 50 29
4, passage de la petite boucherie	
<b>KIM'S ORIENT EXTREME</b>	01 45 46 92 27
4, rue Bernard Pallissy	
<b>KYOTOKU</b>	01 43 54 48 44
61, rue monsieur le Prince	
<b>MANDARINE SUSHI</b>	01 42 22 25 21
32, rue St Placide	
<b>SHU</b>	01 46 34 25 88
8, rue Sugar	
<b>SUSHI HOUSE</b>	01 43 25 54 85
60, rue Dauphine	
<b>TOKUGAWA</b>	01 42 22 32 59
49, bd du Montparnasse	
<b>TOKYOTORI</b>	01 55 42 02 56
18, rue monsieur le Prince	
<b>TSUKIZI</b>	01 43 54 65 19
2 bis, rue des Ciseaux	
<b>YEN</b>	01 45 44 11 18
22, rue St Benoît	
<b>YUSHI</b>	01 44 07 03 11
8, rue des Ciseaux	

#### 7<sup>e</sup> arrondissement

<b>AIDA</b>	01 43 08 14 18
1, rue Pierre Leroux	
<b>ARIDO</b>	01 47 53 74 49
208 bis, rue de Grenelle	
<b>MAISON DU SUSHI</b>	01 45 51 24 24
44, avenue Boquet	
<b>MATSURI</b>	01 45 51 24 24
74, rue du bac	
<b>MIYAKO</b>	01 47 05 41 83
121, rue de l'Université	
<b>WALAKU</b>	01 56 24 11 02
33, rue Rousselet	
<b>YUZU</b>	01 47 05 28 84
33, rue de Bellechasse	

#### 8<sup>e</sup> arrondissement

<b>ASIAN</b>	01 56 89 11 09
50, avenue Georges V	
<b>LE BAR À SUSHI</b>	01 45 22 43 65
65, bd des Batignolles	
<b>CHAJIN (THÉ JAPONAIS)</b>	01 53 39 86 24
24, rue Pasquier	
<b>HANAWA</b>	01 56 62 70 70
26, rue Bayard	
<b>HYOTAN</b>	01 42 25 26 78
3, rue d'Artois	
<b>TAISHO KEN LAMEN</b>	01 45 61 09 79
27, rue du Colisée	
<b>JIPANGUE</b>	01 45 65 77 00
98, rue La Boétie	
<b>KINUGAWA</b>	01 45 63 08 07
4, rue Saint Philippe du Roule	
<b>KYOMIZU</b>	01 45 63 08 07
4, rue St Philippe du Roule	
<b>KONOHANA</b>	01 45 62 15 68
1 bis, rue Jean Mermoz	
<b>NEW KYOTO</b>	01 53 04 07 90
6, rue Corvaille	



### IZAKAYA ISSÉ

**BAR À SAKÉS**  
**TAPAS À LA JAPONAISE**  
**SPÉCIALITÉ DE TEMPURA**

45 rue de Richelieu Paris 1<sup>er</sup>  
Tel. : 01 42 96 26 60

<b>KYOTO ST LAZARE</b>	01 42 93 35 13
9, rue de l'Isly	
<b>MATSURI</b>	01 45 62 30 14
24, rue Marbeuf	
<b>NAKA</b>	01 42 89 05 04
40, rue de Panthéon	
<b>OKAME</b>	01 46 22 95 08
235, Rue du Fg. Saint Honoré	
<b>SUSHI JAPÔ</b>	01 44 90 00 61
53, rue de Rome	
<b>YAKI KOCHE</b>	01 43 59 51 88
36, rue La Boétie	
<b>YAMAICHI</b>	01 43 57 19 04
9, rue de l'Isly	
<b>YOKO</b>	01 45 61 33 15
170, bd Haussmann	

#### 9<sup>e</sup> arrondissement

<b>FUJI SUSHI BAR</b>	01 48 74 36 83
5, rue Joubert	
<b>FUJI YAKI</b>	01 42 81 54 25
20, rue Henri Monnier	
<b>HOTARU</b>	01 48 78 33 74
18, rue Rodier	
<b>IZAKI</b>	01 53 16 43 48
36, rue Lafayette	
<b>KIDAYA</b>	01 45 26 12 88
15, rue Lafayette	
<b>KIKU</b>	01 44 83 02 30
56, rue Richer	
<b>KUSHI YAKI</b>	01 49 70 05 24
47, rue de Rochechouart	
<b>MATSUSAKA</b>	01 48 00 94 64
16, rue Montyon	
<b>MOMOKA</b>	01 48 16 19 09
5, rue Jean-Baptiste Pigalle	
<b>MUSSUBI</b>	01 42 46 31 02
89, rue d'Hauteville	
<b>SAKURAYA</b>	01 47 70 54 41
3, rue Grange-Batelière	
<b>SUSHI BOUBOU</b>	01 48 78 84 80
52, rue Maubeuge	
<b>SUSHI YAKI</b>	01 42 46 11 77
1 bis, rue Cléve	
<b>TOKKI</b>	01 45 23 15 80
10, rue de la Boule rouge	
<b>TONEGAWA</b>	01 42 65 29 18
8, rue Godot de Mauroy	
<b>YAMAMURA</b>	01 48 00 90 18
1, rue Bergère	

#### 10<sup>e</sup> arrondissement

<b>ESPACE JAPON (CENTRE CULTUREL)</b>	01 47 00 77 47
12, rue de Nancy	
<b>MUSSUBI</b>	01 42 46 31 02
89, rue d'Hauteville	
<b>NISHIKURA</b>	01 40 22 99 98
12, rue du Faubourg Poissonnière	
<b>OISHI SUSHI</b>	01 40 35 14 12
38, rue Louis Blanc	
<b>SUSHI SAKÉ</b>	01 40 38 37 65
247, rue du Fbg St Martin	
<b>TOKYOYAKI</b>	01 46 07 67 91
231, rue du Fbg St Martin	



### bar SUSHI

SPÉCIALITÉ D'ANGUILLE ET DE  
WAGYU (BOEUF JAPONAIS)  
55 bd des Batignolles, Paris 8<sup>e</sup>  
Tel : 01 45 22 43 55

<b>YAMADA</b>	01 46 07 01 88
188, rue du Fbg St Martin	

#### 11<sup>e</sup> arrondissement

<b>CENTRE FRANCO JAPONAIS</b>	01 43 46 00 38
8, passage Turquetil	
<b>LE PALAIS DES THÉS</b>	
10, rue Mercœur	
<b>KAMPEI</b>	01 43 48 17 08
193, bd Voltaire	
<b>KIMONO</b>	01 49 23 44 85
115, rue St Maur	
<b>KINOSUZU</b>	01 48 05 10 32
18, rue de la Roquette	
<b>KUNSHIKATSU BON</b>	01 43 38 82 27
24, Rue Jean-Pierre Timbaud	
<b>KYOBASHI</b>	01 53 36 73 34
117, rue St Maur	
<b>MOMIJI</b>	01 48 06 14 72
20, rue Davel	
<b>NAKAGAWA</b>	01 47 00 82 30
3, rue Saint-Hubert	
<b>SAKURA</b>	01 43 38 74 92
46, rue de la Roquette	
<b>SUKIYAKI</b>	01 49 23 04 08
12, rue de la Roquette	
<b>SUKI VILLAGE</b>	01 43 55 92 79
9, rue de Charonne	

#### 12<sup>e</sup> arrondissement

<b>GINZA</b>	01 43 46 61 96
1, rue Corbineaue	
<b>HAYASHI</b>	01 43 45 88 78
20, cours de Vincennes	
<b>IZAKAYA</b>	01 46 28 93 88
59, rue de Lyon	
<b>ROBATA</b>	01 43 07 64 79
88, rue Claude Decaen	
<b>SAMOURAI</b>	01 43 07 62 30
12, rue Emilio Castelar	



### HANAWA

26, rue Bayard 75008 Paris  
Tel. : 01 5662 7070  
<http://www.hanawa.fr>

**Restaurant gastronomique**  
Du lundi au samedi  
12h-14h 30 / 19h 30-22h 45  
**Galerie d'exposition et vente**  
**Evénement et banquet**

<b>SUSHIVILLA</b>	01 43 48 68 06
216, rue du Faubourg St Antoine	
<b>YOKO</b>	01 43 43 82 18
154, av. Daumesnil	

#### 13<sup>e</sup> arrondissement

<b>ISHIKAWA</b>	01 53 78 12 76
45, rue Albert	
<b>IZU</b>	01 43 31 67 51
7, rue Vénérise	
<b>JAPONIKA</b>	01 45 86 86 83
8, avenue de Choisy	
<b>MAKI SUSHI TOKYO</b>	01 45 84 54 41
44, rue de Tolbiac	

## PARTEZ AU JAPON AVEC WASABI !

**Du 16 au 23 février 2014,**

**WASABI VOUS PROPOSE DE DÉCOUVRIR LE JAPON ET SA GASTRONOMIE.**

Une semaine à la fois gourmande et culturelle au cours de laquelle vous goûterez toutes sortes de spécialités japonaises introuvables en France tout en visitant les plus beaux temples et jardins de l'archipel.

Guidés par Patrick Duval, rédacteur en chef de Wasabi, vous visiterez principalement Kyoto et Nara et ferez l'expérience unique de passer une nuit dans un temple du Mont Koya, l'un des sites les plus magiques du pays.

**Prix : 2300 €/PERSONNES (BASE 2 PERSONNES)**

incluant le voyage en vol direct Paris-Osaka, l'hébergement en hôtel 4\* ainsi que tous les dîners et un cours de cuisine avec l'un des plus grands chefs de Kyoto.

**Renseignements et inscriptions :**  
01 42 08 50 47 ou sur le site [wasabi.fr](http://wasabi.fr) rubrique « Actualités »



**MATSUYAMA** 01 45 85 22 15  
11-13 bd. Auguste Blanqui  
**SAMOURAI** 01 45 82 88 88  
42, avenue de la Porte d'Ivry  
**TORI ICHI** 01 45 84 96 68  
42 rue Louise Weiss

#### 14<sup>e</sup> arrondissement

**ATSUMI** 01 43 27 09 83  
28 rue de la Gaîté  
**GINZA** 01 43 20 43 54  
50 rue Daguerre  
**HASHIMOTO** 01 45 43 70 56  
46, rue Didot  
**HOSHI** 01 43 27 16 21  
11, rue de la Gaîté  
**KIMURA** 01 45 42 33 15  
38, rue Pernety  
**SUSHITORA** 01 45 42 79 76  
113, rue Didot  
**SUSHI GOZEN** 01 40 47 55 01  
20 rue Delambre  
**TOMBO** 01 42 22 61 83  
14, rue de l'Arrivée  
**TORICHO** 01 43 21 29 97  
47, rue du Montparnasse  
**YAMATO** 01 43 20 16 34  
144 bd du Montparnasse

#### 15<sup>e</sup> arrondissement

**ARITO MONTPARNASSE** 01 42 22 01 00  
20, rue de l'Arrivée  
**BENKAY** 01 40 56 21 26  
61 quai de Grenelle  
**CULTURE JAPON (BOUTIQUE)** 01 45 79 02 00  
101 bis quai Branly  
**EURO-MART (ÉPICERIE)** 01 45 77 42 77  
17 avenue Emile Zola  
**HI MART (ÉPICERIE)** 01 45 75 37 44  
71 bis rue Saint-Charles  
**ICHISAN** 01 45 71 08 96  
28, rue Lacordaire  
**JAPAN SUSHI EXPRESS** 01 45 67 00 01  
145, rue de Valenciennes  
**JUGOYA** 01 45 79 03 80  
85, rue des Entrepreneurs  
**KAISEKI SUSHI** 01 45 54 48 60  
7 bis, rue André Lefebvre  
**KANAE (supérette)** 01 56 56 77 60  
118 rue Lacordaire  
**KITO KITO** 01 47 34 12 09  
45 rue Mathurin Régnier  
**K-MART (ÉPICERIE)** 01 45 57 56 33  
354 rue Lacordaire  
**KOKIMI** 01 47 83 21 97  
121, rue de Valenciennes  
**KOYUKI** 01 45 32 67 58  
20, rue Gramme  
**LÉGENDE DU JAPON** 01 40 60 14 11  
166 rue Saint-Charles  
**MAISON DE LA CULTURE DU JAPON** 01 44 37 95 00  
101 bis quai Branly  
**MATCHAN** 01 45 77 03 50  
55, rue du Théâtre  
**NANA-YA (ÉPICERIE)** 01 45 47 79 48  
81 av. Mozart  
**NIPPON SUSHI** 01 48 28 35 28  
2, rue Leriche  
**NOMIYA** 01 40 43 91 91  
6 rue d'Alleray  
**OKAYAMA** 01 45 78 80 01  
17, rue de Lourmel  
**OSAKA VOUILLE** 01 45 31 35 28  
40, rue de Vouillé  
**TAGAWA** 01 45 75 93 21  
37 bis, rue Rouelle  
**TAKI** 01 45 79 42 28  
54, rue du Docteur Finlay  
**YANASE** 01 42 50 07 20  
75, rue Vasco de Gama  
**WASABI** 01 45 30 38 14  
89 rue de la croix névret

#### 16<sup>e</sup> arrondissement

**AKASAKA** 01 42 88 77 86  
9, Rue Nicolo  
**COMME DES POISSONS** 01 45 20 70 37  
24 rue de la Tour  
**HISADA (FROMAGERIE)** 01 42 88 34 30  
17 rue Le Marais

**JUAN** 01 47 27 43 51  
144 rue de la Pompe  
**KURA** 01 45 26 18 32  
56 rue de Boussiniwillies  
**MATSURI** 01 42 24 96 85  
2, rue de Passy  
**MATSURI** 01 47 27 00 58  
119-121 avenue Victor Hugo  
**MIYAGAWA** 01 45 27 01 83  
11 bis av. de Versailles  
**OKYOTO** 01 46 51 20 84  
10, rue Chanez  
**OSAKA** 01 45 25 80 29  
1 rue Jouvenot  
**OZU** 01 40 68 23 90  
2 av. des Nations Unies  
**SUSHI GOURMET** 01 45 27 08 02  
1 rue de l'Assomption  
**TAMPOPO** 01 47 27 74 52  
66, rue Lauriston  
**YOSHI** 01 47 28 48 94  
11 rue Jean Giraudoux  
**YUSHI 16** 01 47 04 53 20  
70 rue de Longchamp

#### 17<sup>e</sup> arrondissement

**AYAME** 01 42 27 98 00  
10, rue Rennequin  
**CHEZ YI (SALON DE THÉ)** 01 47 31 40 89  
27 rue Bayen  
**ISUMO** 01 47 64 36 27  
47/51, rue des Acacias  
**KIFUNE** 01 45 72 11 19  
44, rue Saint Ferdinand  
**KOKOYA** 01 44 90 98 12  
5, rue des Batignolles  
**NAGANO** 01 48 88 90 53  
117, rue de Tocqueville  
**NAKAMURA** 01 40 55 96 72  
25, rue Brey  
**NAOKO** 01 40 08 08 78  
11, rue Biot  
**SHINANO** 01 45 72 60 76  
9, rue Bellidor  
**SHOGUN SUSHI** 01 43 80 72 88  
139, rue Cardinet  
**SOLEIL LEVANT** 01 48 88 02 76  
57 rue de Tocqueville  
**SOLEIL LEVANT** 01 45 74 21 68  
4 rue Troyon  
**SUSHI BA** 01 42 93 11 30  
89 rue des Dames  
**SUSHI MAMI** 01 42 27 14 22  
38, rue Laugier  
**SUSHI WADA** 01 44 09 79 19  
19, rue de l'Arc de Triomphe  
**SUSHI YAKITORI** 01 48 96 97 98  
115, rue Legendre  
**TIB'S** 01 45 72 03 59  
51 rue Bayen  
**YAMATO** 01 43 87 67 38  
16, bd des Batignolles  
**ZENZAN** 01 53 81 00 75  
4, rue Brey

#### 18<sup>e</sup> arrondissement

**ASUKA** 01 42 55 50 91  
145, rue Marcadet  
**BASHO** 01 42 55 19 61  
63 rue Lepic  
**LA CAVE 27** 06 10 45 89 77  
27 rue Lamarck  
**ENISHI** 01 42 57 32 14  
67 rue Labat  
**FUGU** 01 42 23 11 11  
112, rue Lamarck  
**GULO GULO** 01 42 54 23 92  
6 rue Garreau  
**KEIKO** 01 46 06 41 23  
145 rue Ordener  
**KINTARO** 01 42 57 27 97  
106 bd. Rochechouart  
**MIYAZAKI** 01 42 29 18 71  
2 rue Lagille  
**NAOKO** 01 53 41 64 33  
3, rue des Abbesses  
**SAKANA** 01 53 28 08 36  
46 bd de Clichy  
**SUSHI AKASHI** 01 44 90 05 68  
5 rue Forest

**TOKYO** 01 42 54 31 12  
40 rue Castille  
**19<sup>e</sup> arrondissement**  
**MATSUBA** 01 40 34 42 92  
37 av. Corentin Carou  
**NAKAGAWA** 01 42 08 49 22  
9 rue Lassus  
**NAKAGAWA** 01 42 40 66 63  
7 rue des Filles  
**SUSHI YA** 01 42 02 85 82  
12, rue Pradier

#### 20<sup>e</sup> arrondissement

**ASAH** 01 43 58 78 27  
56 rue de Belleville  
**SAPPORO** 01 43 70 88 70  
152 bd de Charonne  
**SUSHI BAR** 01 42 41 28 99  
153 rue de Belleville  
**TAKICHI** 01 47 97 03 98  
7, rue du Cher

#### Boulogne-Billancourt

**SANKI** 01 46 08 38 38  
38 av. Edouard-Vaillant  
**SHIKI** 01 47 61 94 22  
53 rue Gallieni

#### Levallois-Perret

**SUSHI LAND** 01 41 06 07 54  
68 rue Louise Michel

#### Issy-les-Moulineaux

**SUSHI KEN** 01 46 42 58 18  
12 rue Ernest Renan

#### Neuilly-sur-Seine

**MATSURI** 01 46 24 59 82  
18, avenue Charles de Gaulle

### PROVINCE

#### SUD

**AGEN**  
**OSAKA** 05 53 56 31 76  
38, bd Sylvain Dumon

#### AIX EN PROVENCE

**GEISHA SUSHI EXPERIENCE** 04 42 20 30 00  
53 Cours Mirabeau  
**KYO SUSHI (À EMPORTER)** 06 50 01 50 50  
500 rue Berthelot  
**NIJI EXPRESS** 04 42 26 14 74  
51 Rue d'Italie  
**NIKKI SUSHI** 04 42 28 57 05  
49 bd Carnot  
**SUSHIKA** 04 42 27 59 91  
23 rue de la Couronne  
**YAMATO** 04 42 38 00 20  
21 av des Belges  
**YAMASUSHI** 04 42 39 92 50  
9 rue d'Italie  
**YOJI** 04 42 38 48 76  
7, av. Victor Hugo

#### AUBAGNE

**MOST OF SUSHI** 04 42 32 91 61  
66 rue de la République

#### CANNES

**EDO SUSHI** 04 93 99 40 39  
14 rue Mace  
**FUJI CANNES** 04 93 39 00 31  
17, rue Notre Dame  
**O'SUSHI** 04 93 28 78 85  
12 rue des Belges  
**SUSHIKAN** 04 93 39 86 13  
5 RUE FLOIRAN  
**TOKYO CANNES** 04 93 68 92 21  
1, bd Victor Tuby

#### CASSIS

**UNIVERSAL SUSHI** 04 42 08 27 91  
11 av. Viguene

#### CLERMONT FERRAND

**MAIKO** 04 73 90 79 15  
65 rue du Port

**SANTODKA** 04 73 31 33 45  
13 Rue Saint Dominique  
**LE SUSHI CAFÉ** 04 73 31 33 45  
21 rue des Weillards

#### HYERES

**YOKOSÔ** 04 94 23 41 77  
10 rue du Soldat Ferrari

#### MARSEILLE

**CAFÉ SUSHI** 04 91 33 78 87  
22 bd Paul Peytral  
**KIM DO** 04 91 34 00 08  
4 rue Capazza  
**LA VILLA** 04 91 71 21 11  
113 rue Jean Méromoz  
**SHABU SHABU** 04 91 54 15 00  
30 rue de la Paix  
**SUSHI MOTO** 04 91 78 29 71  
50 bd Bailly  
**SUSHI STREET CAFÉ** 04 91 54 17 90  
24 bd Notre-Dame  
**SU** 04 91 52 22 27  
28, rue Bir Hakeim (Galeries Lafayette)  
**WASAB'ART SUSHI** 04 91 47 69 40  
21 rue du docteur Escat  
**ZEN PRADO** 04 91 53 00 09  
60 av. du Prado

#### MONTAUBAN

**SUKI SUSHI** 04 942 42 05 42  
14 Bd Jean Zay

#### MIHAËL

**CAPOSUSHI** 00.377.93.25.58.52  
6 impasse de la Fontaine  
**FUJI MONACO** 00.377.83.30.40.11  
4 impasse Madonna  
**MAYA BAY SUSHI BAR** 00.377.97.70.74.67  
24 av. Princesse Grace  
**MY SUSHI** 00.377.97.70.67.67  
2 rue des Orangers

#### MONTPELLIER

**LE GUSHI BAR** 04 89 77 06 06  
20 rue Bernard Déléclieux  
**OBENTO YOSHIYA** 04 67 40.7.49  
311 chemin de la Draille du Marbre  
CASTELNAU LE LEZ  
**SAKURA** 04 67 15 14 32  
65 av. Samuel Champlain  
**SUSHI BOAT** 04 67 92 00 37  
12 rue de Verdun

#### NICE

**AMADA** 04 93 82 00 81  
17, rue Tonduti de l'Escarène  
**JUN NICE** 04 93 85 47 76  
47, rue Goffredo  
**HOME SUSHI & BASHIMI** 04 93 56 37 37  
3, rue de Orestis  
**HOT POT** 04 93 82 33 54  
6 rue d'Alsace Lorraine



## Yuzu Sushi

Spécialité : poissons de la Méditerranée  
35 rue Maréchal Joffre, Nice 06000

**04 93 85 79 87**

Ouvert du mar. au sam.

[www.yuzu-sushi.com](http://www.yuzu-sushi.com)



<b>KAMOGAWA</b> 18 rue de la Buffa	04 93 88 75 88
<b>MA YUCCA</b> 26 rue de la Buffa	04 93 88 39 84
<b>MY SUSHI</b> 18, cours Saieya	04 93 62 16 32
<b>D'SUSHI</b> 30 Avenue Jean Médecin	04 93 62 82 45
<b>SAISON</b> 17 rue Gubernatis	04 93 85 69 04
<b>YUZU SUSHI BAR</b> 35 rue Maréchal Joffre	04 93 85 79 87
<b>LE ZEN</b> 27 rue d'Angleterre	04 93 82 41 20

<b>PAU</b>	
<b>WASABI'S</b> 2 place Clemenceau	05 59 27 06 98

<b>PERPIGNAN</b>	
<b>OMEDETO</b> 12, Avenue Général Leclerc	04 68 51 29 20

<b>RAMATUELLE</b>	
<b>NIKKI BEACH</b> Route de l'Épi	04 94 79 82 04

<b>TOULOUSE</b>	
<b>L'ASSIETTE JAPON</b> 28 rue Peyronnières	05 61 21 50 91
<b>HINODE</b> 17, rue d'Austerlitz	05 61 21 51 26
<b>JAPAN</b> 6 rue de l'Echarpe	05 61 22 85 85
<b>JAPOYAKI</b> 11, rue d'Austerlitz	05 61 13 68 09
<b>SHUN</b> 35, rue Bachelier	05 61 99 30 20
<b>SUSHI KAN</b> 24 av. de l'URSS	05 61 11 22 67
<b>SUSHI OMISHI</b> 13 Rue De L'alsace Lorraine	05 61 23 00 26

<b>SUSHIYA</b> 3 place du Peyrou	05 61 23 17 71
<b>SUSHI YAKI</b> 9, rue Ste Ursule	05 61 12 00 50

<b>SOLLIES-VILLE</b>	
<b>BÔ SUSHI</b> RN 97	06 20 14 02 82

## OUEST

<b>BIARRITZ</b>	
<b>LE SUSHI LAND</b> 9 av. de la Reine Victoria	05 59 22 24 86

<b>BORDEAUX</b>	
<b>CAFÉ JAPONAIS</b> 22, rue St Siméon	05 56 46 68 88



**日本食品店**  
**Satsuki**

Epicierie japonaise  
37, Avenue Lacassagne  
69003 Lyon

av. Félix Faure  
av. Lacassagne  
rue David

Du mardi au samedi  
9h-13h 15h-19h  
[www.satsuki.fr](http://www.satsuki.fr)

<b>LE KIMONO</b> 22 rue Ferdinand Philppart	05 56 79 23 30
<b>LE SHOGUN</b> 168 bis cours du Médoc	05 56 39 05 12
<b>MOSHI MOSHI</b> 8 place Ferdinand Lafargue	05 56 79 22 91

<b>BREST</b>	
<b>HINOKI</b> 6 Rue des Onze Martyrs	02 96 43 23 68

<b>CAEN</b>	
<b>COSY SUSHI</b> 3 rue du Vaugueux	02 31 75 11 08
<b>MIYAKO</b> 13, rue St Michel	02 31 34 77 83

<b>CHALLANS</b>	
<b>OBJECTIF ZEN</b> 11 place Aristide Briand	02 51 93 28 76

<b>CHARTRES</b>	
<b>SHOGUN</b> 6, rue Dr Michel Gibert	02 37 36 07 19

<b>LA BAULE</b>	
<b>LE CAFÉ BOUILLU</b> 22 pl. du Maréchal Leclerc	02 40 23 14 14

<b>LA ROCHELLE</b>	
<b>FUJYAMA</b> 25 quai Gabut	05 46 41 21 28

<b>NANTES</b>	
<b>NOW SUSHI</b> 32 bis, rue Fouré	02 40 74 18 18
<b>TAJ SHOGUN</b> 6 bis quai François Mitterrand	02 40 48 66 07
<b>TOKYO</b> 14 rue de la Juverie	02 40 89 08 04

<b>QUIMPER</b>	
<b>ABALONE SUSHI</b> 17 Halle St François	02 98 68 78 91

<b>RENNES</b>	
<b>FUJI</b> 8, rue Derval	02 99 38 12 00
<b>MIZUNA</b> 3 rue d'Argentré	02 99 79 18 66
<b>SAKURA</b> 1 rue Saint Louis	02 99 78 11 60
<b>SIMPLY SUSHI</b> 2 rue Jules Simon	02 99 78 18 33

<b>SAINT-BRIEUC</b>	
<b>NIIGI SUSHI</b> 4 place du Guesclin	02 96 42 11 39

<b>SAINT-MALO</b>	
<b>TAKICHI</b> 5 rue Alphonse Thébault	02 23 18 28 29
<b>TAMPOPO</b> 5 place de la Poissonnerie	02 99 48 83 53

<b>SOTTEVILLE-LES-ROUEN</b>	
<b>WASABI</b> 34 bis Place de l'Hôtel de Ville	02 35 45 47 80

<b>STRASBOURG</b>	
<b>SUSHI NORI</b> 22 rue du 6 mai 1945	03 83 30 30 30

## EST

<b>ANNECY</b>	
<b>O SUSHI</b> 2 rue Louis Revon	04 50 45 61 62

<b>BESANCON</b>	
<b>SAMOURAI SUSHIS</b> 45 rue Bersot	03 83 63 53 83

<b>CHAMBERY</b>	
<b>YAMAMO</b> 87, rue Ste Rose	04 78 48 02 53

<b>DIJON</b>	
<b>SUSHI BAR</b> 7 rue Michelet	03 80 67 05 04

<b>GRENOBLE</b>	
<b>HOKKAIDO</b> Rue Diodore Rahoult	04 76 54 18 76
<b>KYOTO</b> 1, place du Champéyan (La Tronche)	04 76 54 08 91
<b>OSAKA</b> 1 rue Colbert	04 76 43 26 49
<b>SAPPORO</b> 64, cours Jean Jaures	04 76 85 02 45
<b>LE SAKÉ</b> 29 rue Condorcet	04 76 87 46 51

<b>LYON</b>	
<b>BO SUSHI</b> 81 rue Duguesclin	04 72 41 81 22
<b>CHEZ FYFY</b> 6 rue des Marronniers	04 72 38 31 91
<b>GOMAN ETSU</b> 11 rue Lantenne	04 78 27 83 06
<b>MATSURI</b> 7 rue de la Fromagerie (1 <sup>er</sup> )	04 37 24 74 90
<b>MATSURI</b> 109 cours Lafayette (6 <sup>e</sup> )	04 72 85 06 36
<b>MATSURI</b> 60, rue de St Cyr	
<b>NEO SUSHI</b> Centre Commercial de la Part-Dieu	04 78 42 35 79
<b>NOBORU</b> 28 rue Henri Gormain	04 78 96 04 37
<b>SOLEIL LEVANT</b> 204 rue Garibaldi	04 78 62 70 36
<b>SUSHIDO</b> 169 rue Cuvier	04 78 71 04 43
<b>SUSHI KING</b> Centre commercial de Lyon Part-Dieu	06 11 07 24 24
<b>SUSHI &amp; SUSHIS</b> 49 Rue de Gerland	04 72 56 05 05
<b>TEPPANYAKI</b> 11 quai Romain Rolland	04 78 89 05 04
<b>CHEZ TERRA</b> 81 rue Du Guesclin	

<b>SAINT ETIENNE</b>	
<b>KYOTO</b> 8, rue des Martyrs de Vinçre	04 77 21 74 26

<b>MIETZ</b>	
<b>OSAKA METZ</b> 32 bis rue Dupond des Loges	03 87 36 68 90

<b>MULHOUSE</b>	
<b>TDKYO MULHOUSE</b> 102 rue de Rale	03 89 54 11 18

<b>REIMS</b>	
<b>MATSURI SUSHI</b> 8, rue de Châtivelle	03 26 86 10 10

<b>TOKYO SARI</b> 61, place d'Erlon	03 26 85 83 48
--	----------------

<b>STRASBOURG</b>	
<b>FUJYAMA</b> 19 rue des veaux	06 19 60 02 12
<b>MIKADO</b> 11, quai Turckheim	03 86 21 07 20
<b>MOOZE</b> 1 rue de la Demi Lune	03 86 22 88 46

<b>VITTEL</b>	
<b>LE COMPTOIR</b> 294 rue de Verdun	03 29 08 90 83

## NORD

<b>LILLE</b>	
<b>JOMON</b> 4 rue de la Rapine	03 26 38 84 48

<b>VALENCIENNES</b>	
<b>NEGISHI</b> 80 Av. Georges Clemenceau	03 27 25 72 31

## Envie d'apprendre le japonais ?

Cours de japonais tous niveaux,  
de débutants complets à confirmés

## Cours réguliers trimestriels

La méthode conçue par Espace Japon est basée sur la  
compréhension et la pratique orale de la langue avec des  
mises en situation concrète d'apprentissage.

## Formation professionnelle DIF

Espace Japon est habilité à dispenser les cours dans le  
cadre de la formation professionnelle.

## Formation à distance en e-learning

Vous ne pouvez pas assister au cours à cause de vos  
horaires ou de la distance ?  
Cholssisez le e-learning avec [jeparlejaponais.com](http://jeparlejaponais.com)

## Retrouvez toutes nos activités

cuisine - manga - origami - calligraphie - soroban - sumié - ikébana etc...

sur [www.espacejapon.com](http://www.espacejapon.com)

**espace  
Japon**

12, rue de Nancy 75010 Paris  
Tél : 01 4700 7747 - Fax : 01 4700 4428  
Métro : lignes 4 / 5 / 7 / 8 / 9 / 11



# CUISINEZ JAPONAIS À LA MAISON !



Place une petite cuillerée d'œufs de saumon au centre du bol



4. Éparpille une pincée de ciboulette ainsi que quelques gouttes de shoyu



13. Fais couler deux grosses cuillerées de sauce sur le tout



**LE PREMIER LIVRE  
DE RECETTES JAPONAISES EN MANGA :**

**50** recettes dessinées pas à pas  
des explications pour  
chaque sauce et assaisonnement

A commander sur [www.wasabi.fr](http://www.wasabi.fr) et en vente à Japan Expo

**15 EUROS**

EDITIONS THÉMA PRESS